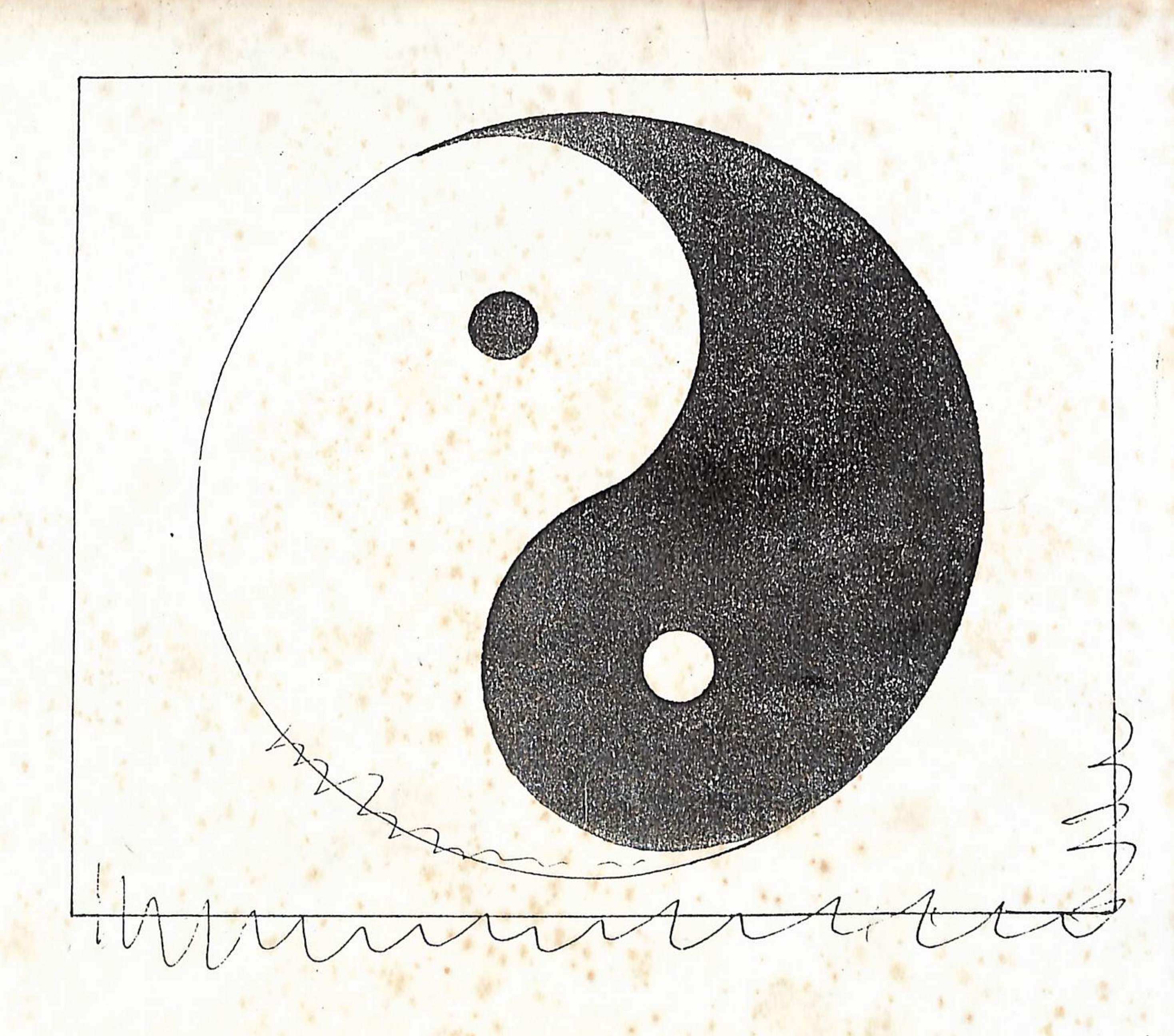


"EL HOMBRE ~~[illegible]~~ DIALECTICO"

MARIANO QUEROL L.

LIMA - 1980

Para mí.
Para tí.
Que somos,
estamos,
sentimos,
con la seguridad
de que podemos
ser auténticos,
estar en paz
sentirnos bien...
Yo conmigo y contigo,
Tú contigo y conmigo.
Yo conmigo y sin tí,
Tu contigo y sin mi.

Página

Página

CAPITULO III

SENSACION Y PERCEPCION 56 - 67

CAPITULO IV

DIALECTICA DE LOS DIPOLOS 68 - 74

Página

CAPITULO V

CAPITULO VI

CAPITULO VII

Página

CAPITULO IX

CAPITULO X

CAPITULO XI

CAPITULO XII

CAPITULO XIII

PREFACIO

La psicología tradicional ha sido la de las facultades y de las dicotomías. El conocimiento del hombre, ha de ser fundamentado en la explicación de los hechos y en la comprensión de la totalidad. Se ha de incorporar a lo comprendido, incluso aquello que no es explicable todavía científicamente. La comprensión del ser humano, ha de ser de la totalidad de éste. Ha de basarse tanto en el logos en el conocimiento, cuanto con el pathos, en la emoción. La aprehensión de la totalidad psicológica del ser humano ha de ser, pues, no sólo psicológica, sino una psicosofía. Ha de partir de la totalidad de los fenómenos que acontecen. Ha de ser fenomenológica. El análisis fenomenológico no basta para comprender la realidad, pero sin aquél no es dable llegar a la síntesis dinámica que, con un criterio amplio y tentativo, ha de llevar a la integración dialéctica donde concurren fenómenos contrarios y contradictorios.

La presente obra ha sido llevada a cabo por inducción. Se ha partido de los hechos psicológicos para llegar a leyes que, aparentemente, los rigen. Es decir, primero se ha efectuado el análisis y por inducción se ha llegado a lo que puede ser una estructuración de sistemas que resultan coherentes con la realidad.

El orden de presentación en el texto es inverso, ya que primero se presentan los hechos globales y las hipótesis de trabajo. Si ellas son ciertas habrán de permitir, como de hecho sucede, el diagnóstico deductivo de cada situación o fenómeno.
En la realidad científica se dan series complicadas de procesos evolutivos dinámicos, teológicos y continuos, constituyendo un conjunto integrado. Estos criterios pertinentes a todas las formas

del conocimiento científico, son particularmente aplicables al conocimiento del ser humano. Este criterio abarcativo de todos los aspectos dables en una totalidad, se denomina holismo (de holos que quiere decir todo en griego).
Actualmente la medicina, la psicología, así como la psiquiatría y la biología no son ciencias, sino un intento de aplicación del saber científico a una realidad determinada que es el hombre. Por ello es que macrocosmos y microcosmos, macroscópico y microscópico, materia y energía, cuerpo y alma, etc., son abstracciones que suelen considerarse como esencialmente independientes, cuando en realidad constituyen polaridades dialécticas inseparables. Los conceptos mencionados se refieren a contínuos indivisibles, ya que a su vez son abstracciones teóricas utilizadas como esquemas didácticos para, con criterio pragmático, facilitar el estudio y la comprensión de los fenómenos.
Orgánico y psicológico, hombre y ambiente, salud y enfermedad, lo mismo que normal y anormal, son todos polos dialécticos abstractivos de una continuidad, habiendo entre ambos extremos zonas cuya delimitación no es precisa : ¿Está sano quien tiene seborrea? ¿Son normales, el genio y la genialidad?. Los criterios definitivos pueden variar pero, en todos los casos, hay que considerar la estructuración integrativa, global, funcional y dinámica del ser con su medio, con su circunstancia : todo el organismo responde a un cambio de la situación e inversamente.
La dicotomía y escisiones teóricas no corresponden a la realidad unitaria con que se dan y, es por ello, que la síntesis magna ha de ser lo deseable en terrenos donde la especialización y esquematización excesivas pueden convertirse en falsos objetos de valor

que, en la práctica, se presentan como lamentables deformaciones. Desde el punto de vista científico, un trabajo inductivo de psicología es el único factible y dable, puesto que no existen leyes generales psicológicas. La obra de Sigmund Freud ha sido también arquetípicamente inductiva. Planteadas por él las leyes del dinamismo psicológico, sus seguidores las han utilizado para el desarrollo de una psicología deductiva ya que han pretendido, partiendo de lo general a lo particular, acomodar toda la conducta humana a los lineamientos dados por el maestro. Es por ello que actualmente buena parte de lo que se sabe, se acepta o se supone acerca del pensamiento normal, está fundamentado en conocimientos que parten de la experiencia psiquiátrica. Esto explica por qué a la vida cotidiana se la considera en la psicopatología o, lo que es igual, se la considera con gran riqueza psicopatológica, cuando en realidad el planteamiento debiera o podría ser que la enfermedad mental es rica en normalidad y suceptible de ser enfocada partiendo de la experiencia humana psicológica.

En la presente obra se parte de lo que se considera, se acepta o se estila como normal, a fin de llegar a la visión de lo anormal. En la mayoría de las obras de orientación psicodinámica, se parte justamente de lo anormal para explicar lo normal del ser humano. Por otro lado es evidente que lo más importante para la psicología individual no es la experiencia cultural formal, sino la experiencia humana substancial, vivenciada como tal y suceptible de modificar las actitudes y conducta del individuo ante determinadas circunstancias. Ello constituye buena parte de la diferencia entre normalidad y anormalidad .

Por disoluciones sucesivas se pasa de la normalidad a la neurosis,

a la psicopatía y finalmente a la psicosis, donde el individuo está alienado de la realidad. En este caso su experiencia no es totalmente vivenciada. Debe tenerse presente que incluso en los casos más graves de enfermedad mental, existe siempre un punto de contacto con el mundo. Una parte de la experiencia es vivenciada e incorporada y sirve para modificar las actitudes y los patrones de conducta. Esto es lo que permite tener siempre un asidero para el tratamiento y para la rehabilitación de cualquier tipo de desorden, de la misma manera que siempre hay posibilidad de manejar, educativamente, a un niño. La experiencia psicoterapéutica y la experiencia educativa tienen, según estos conceptos, cuando menos un elemento común.

El planeamiento del estudio de los fenómenos humanos ha de ser científico y unitario, considerando al ser en el mundo y calando o mejor esforzándose por calar, la esencia del ser en tanto que relacionado con el mundo considerado en sus esencias. De allí la significación que adquieren los puntos de vista fenomenológico, dialéctico, psicobiológico, social, existencial antropológico y personalístico en el estudio de la psicología

En esta obra se enfatiza la integración psicobiológica del ser humano, considerando no sólo la unidad de lo psicológico y lo biológico, sino la que éstos a su vez constituyen con la circunstancia del individuo. Debe lograrse siquiera sembrar el germen de una posición filosófica (que no forzosamente ha de ser consciente), tendiente a alejar al lector de las escisiones y dicotomías artificiosas con las que continuamente es puesto en contacto durante el curso de su vida. Si ello se logra, el lector podrá alcanzar una visión holista, dialéctica y coherente, que puede llamarse psicosófica, de la conducta humana.

CAPITULO I

GENERALIDADES FENOMENOLOGICAS Y PLANTEAMIENTOS DIALECTICOS

1.- Definición

Etimológicamente psicología (del griego psyche alma y logos tratado) quiere decir tratado del alma. Antiguamente la palabra psicología representaba los conocimientos contenidos en los tratados que se denominaban "de ánima" (del alma). Actualmente desde el punto de vista de la medicina la psicología, la psiquiatría y en todos los contextos científicos, la palabra alma se considera desprovista de significado esencialmente teológico o, sin pretensiones de definición y con criterio práctico, puede considerarse que la psicología es el tratado de los aspectos mentales del individuo en su ambiente.

2.- Métodos de la psicología

Los métodos de que se sirve la psicología, para el conocimiento de los fenómenos que le conciernen, son muchos y similares a los de cualquier rama de la antropología y la medicina. Un análisis cuidadoso demuestra que todas las ciencias y las artes siguen los mismos métodos. El más conocido y obvio es el de la extrospección, o sea el estudio y la apreciación de lo exterior, de lo que se da a los órganos de los sentidos del observador, como ser las expresiones del observado, sus actos, lo que dice, lo que hace, cómo vive, cómo se con

duce. En su forma extrema, la extrospección se plasma en una concepción psicológica que se llama conductismo, por el que se pretende estudiar y llegar al conocimiento psicológico del sujeto exclusivamente a través de su conducta, de su modo de actuar, reaccionar y comportarse. La simple observación de la conducta es de enorme interés y de gran importancia, pero no abarca todo el estudio psicológico pues no cala en la personalidad, no llega a dar una imagen fiel de la realidad interior del examinado y no se adentra en la esencia del ser humano.
La extrospección es siempre de utilidad y, por lo tanto, necesaria pero debe tenerse presente que su empleo exclusivo da resultados parciales, cuando no equivocados.
Otro método de estudio de la psicología es la introspección, esto es, la observación de lo interior. Se entiende que ella puede ser efectuada por el observador, por el mismo sujeto o por tercera persona. La verdadera introspección es la que realiza el mismo sujeto con relación a sus propias vivencias, a sus propios actos interiores : es una autointrospección . Este método de trabajo resulta sumamente valioso cuando la persona que lo utiliza posee determinadas cualidades o está orientada en forma tal, que hará que su introspección sea objetiva y veraz. Es el caso de la introspección presentada en algunas crónicas o diarios autobiográficos, muchos de ellos de enorme valor para el conocimiento del ser humano. La introspección orientada es el fundamento de múltiples tratamientos psicológicos. La recepción de datos o informes correspondientes a estados interiores de otras personas, es lo que se conoce con el nombre de heterointrospección y guarda, como es de suponerse, una estrecha vinculación con la extrospección. Un método introspectivo aplicado sin discriminación, conduce a una posición psicológica denominada subjetivismo.
El tercer método es el de la descripción estática, esto es, el estudio del fenómeno estático tal como se da sin añadirle nada subjetivo.

Más precisamente, con este método se logra una descripción escueta tendiente a una generalización que permita explicar el fenómeno o hecho estudiado. Por ello este método también suele denominarse, explicación fenomenológica.

Los fenómenos se dan en movimiento y se relacionan en el tiempo, por esta razón, aparte de lo estático debe llegarse a la aprehensión dinámica de los hechos, fenómenos y situaciones. Ello se logra no solamente mediante la observación (sea como extrospección o introspección) sino además, buscando comprender cómo se originan los fenómenos psicológicos o de cualquier índole, y cómo se derivan unos de otros. En su aspecto extremo este método constituye la denominada psicología comprensiva genética. Para esta psicología, la génesis es un fenómeno dando origen a otro, ést a su vez originando un tercero, y así sucesivamente. La psicología genética se fundamenta en un modo de pensar que busca la relación causa-efecto. El pensamiento que discurre de este modo se denomina pensamiento causal.

Otro método de estudio es el de las pruebas experimentales. En psicología ellas son conocidas usualmente como "tests" mentales. Para utilizar las pruebas mentales, se debe colocar al sujeto en condiciones definidas, que teóricamente deben ser controladas en todo sentido, sometiéndolo entonces a determinados estímulos que pueden ser de muy diversa naturaleza. El paso siguiente consiste en determinar, si es posible cuantitativamente, los resultados. En otras palabras, en este tipo de estudio se miden las reacciones a los estímulos o las respuestas a determinadas situaciones. Este método constituye el substrato de la psicología experimental.

El método comparativo se vale de la comparación. Por ejemplo pueden compararse las reacciones de un primate con las de un hombre, o las de un grupo de hombres con las de otro grupo de hombres. La relación puede pues establecerse entre fenómenos, seres o grupos similares o radicalmente diversos. De este método se sirve la psicología

comparada y es particularmente útil para adentrarse en ciertos aspectos de la psicología social.

Siguiendo adelante con los métodos de estudio, debe mencionarse el de la comprensión psicológica. En este caso ya no se trata solamente de cómo un fenómeno origina a otro, sino de cómo un fenómeno consciente puede dar orígenes a fenómenos subconscientes o, inversamente, cómo lo subconsciente, inconsciente o extraconsciente puede manifestarse por medios conscientes o mediante acontecimientos en la vida diaria.

La explicación psicofisiológica considera lo psicológico y también lo fisiológico. En su aplicación extrema, el método es conocido como holista, del griego holos que quiere decir todo. Esto significa que la explicación psicofisiológica tiene en cuenta el caso o el problema en estudio considerando al ser como una totalidad indivisa e indivisible, con aspectos que pueden y deben no sólo ser explicados sino también comprendidos.

Los fenómenos de toda índole pueden coexistir incluso siendo contrarios y contradictorios. En estos casos, muy frecuentes por cierto, se puede realizar una descripción fenomenológica, esto es de los fenómenos tal cual se dan, con enfoque dialéctico. El planteamiento dialéctico-fenomenológico, conlleva la posibilidad de describir fenómenos contradictorios que ocurren simultáneamente dentro de un sistema. La posición dialéctica abre la posibilidad de apreciar la existencia de fenómenos contrarios y coexistentes sin que ello signifique una traba para pensar adecuadamente. Es más, esto corresponde al más recto y correcto pensar. La observación diaria permite advertir que diversas causas pueden producir el mismo efecto. Existe así una pluricausalidad o multicausalidad (esto suele ser aceptado con dificultad, pues por lo general, el pensamiento usual es el causal según el cual cada efecto tiene su causa). Por otra parte, también es dable apreciar que se necesitan muchos factores para que se produzca

un efecto. La causa no es única sino que está formada por muchos aspectos que se pueden independizar. Se trata de una policausalidad. Cada efecto requiere muchas y es esa constelación de causas la que llega a producir dicho efecto. De no existir el conjunto causal adecuado, el efecto no se produce. Este punto de vista policausal también es aceptado con dificultad porque no se piensa en la necesidad de la coexistencia de muchos fenómenos para que se produzca otro. La mentalidad occidental está más bien preparada a aceptar que la causa (Unica y segura) tiene un efecto (definido en relación directa con esa causa única). Hay que tener presente que la multicausalidad y la policausalidad pueden suceder dentro de sistemas coordinados, donde cada parte es independiente de la otra. Este esfuerzo por ocuparse de las relaciones internas dentro de los sistemas, constituye el análisis estructural. A este respecto, conviene recordar que siempre existe una estructura dentro de cualquier sistema (químico, psicológico, eléctrico, etc.).

La posición de avanzada para el conocimiento y manejo de lo psicológico es pues la fenomenología (descripción veraz de los fenómenos), dialéctica (aceptación de la coexistencia de contrarios y contradictorios), multicausal (que considera que una causa puede producir diversos efectos y que el mismo efecto puede ser producido por diferentes causas), estructuralista (que considera que dentro de un sistema estructural tienen que incidir diversos factores causales para la producción de un fenómeno el que, a su vez, modifica la totalidad del sistema) e integrativa (porque al integrarse los componentes del sistema, el resultado es diferente a la suma o aposición de dichos componentes).

Por ejemplo, es sabido que la existencia de dos hormonas de acción contraria, a determinada concentración dentro del organismo, constituye una condición óptima para la ovulación, que es el conjunto de fenómenos que culminan en la llegada del óvulo a la cavidad uterina.

Esto quiere decir que la presencia de las dos hormonas crea una si-- tuación integrativa nueva, que es la única que permite un determinado proceso (en este caso la ovulación) que a su vez es parte de otro y así indefinidamente, encadenadamente, ineluctablemente. Si la condición de la relación cualitativa y cuantitativa hormonal que no es óptima para la ovulación, puede ser que lo sea para el proceso con-- trario, esto es, para la anovulación. En la medida en que se desoptimiza la condición ovulatoria, se optimiza la anovulación y viceversa. Esto puede ser a su vez por aumento o disminución relativo de las tasas de cada una de las dos hormonas, lo cual agrega un factor adicional de posibilidades sin aumentar el número de factores en juego.

En relación con los métodos de estudio de la psicología, los hay especiales que son, en cierto modo, privativos de cada una de las ra-- mas específicas de la psicología. Ellos no serán descritos aquí porque, si se profundiza suficientemente en su examen, podrá apreciarse que ellos son reductibles a alguno de los enumerados más arriba.

3.- Esencias comunes de los fenómenos biológicos y psicológicos

Los métodos mencionados anteriormente son también los utilizados en cualquier rama de las ciencias naturales, para llegar al conocimiento científico. Es así como pueden servir tanto para el estudio de los fenómenos psicológicos, cuanto para el de los fenómenos biológicos. Esta similitud metodológica entre biología y psicología no es la única. Ambas tienen esencias comunes determinadas por ciertas características de los fenómenos correspondientes. Tanto en biología como en psicología,los fenómenos son teleológicos,tienen carácter memnónico, son dinámicos y se dan integrativamente.

Teleología quiere decir doctrina de las causas finales. En efecto, tanto lo biológico como lo psicológico tienen un sentido, están o---

rientados hacia un fin determinado. El fin puede pasar desapercibido, pero los fenómenos siguen siendo teleológicos y entrañan una orientación finalista.

Tanto los fenómenos biológicos como los psicológicos son afectados por el influjo mnenónico, esto es, por aspectos de la mneme, de la memoria. Esto significa que, cuando un ser vivo pasa cualquier experiencia, sea biológica o psicológica, ese ser mantendrá en sí la huella de la experiencia.

Lo mnémico se da incluso en los seres más pequeños, como los virus y los protozoarios, aún cuando no sea sino como un cambio físico/químico. En un ser más evolucionado, la experiencia pasada podrá darse como un recuerdo más o menos claro, y en un ser como el hombre, lo mnémico, puede adoptar múltiples aspectos referibles tanto a lo puramente biológico (por ejemplo fenómenos de inmunidad) cuanto también a lo psicológico (memoria propiamente dicha).

Lo expuesto se aplica en todas las ramas de la ciencia. Los científicos saben que cuanto acontece dentro de un sistema (circuito electrónico, ciclo bioquímico, circuito psicofisiológico, etc.), produce cambios de otras partes del sistema los que, a su vez, ván a modificar el punto de partida. Estos ciclos constituyen los llamados circuitos reverberantes, en el sentido de que un componente del circuito activa al otro y los cambios de este otro producen modificaciones en el punto de partida. A este proceso se le conoce como retroalimentación (feed back). Esto quiere decir que cualquier modificación que se produzca en nuestro organismo, de cualquier índole que ella sea, va a producir efectos duraderos (por imperceptibles que resulten), que van a modificar la respuesta de ese organismo de modo variable (desde lo imperceptible hasta lo sorprendentemente exagerado). Lo planteado en párrafos anteriores sobre estructuralismo es justamente lo que se analiza aquí de modo más específico.

Ni lo biológico ni lo psicológico pueden concebirse estadísticamente

sin dinamismo. En el momento en que se quisiera aprehender la vida estadísticamente, ya no habría vida. Asimismo, en el momento en que se quisiera apreciar lo psicológico en un corte estadístico, lo verdaderamente psicológico se esfumaría pudiendo, a lo más, ofrecerse a criterio del observador, un corte abstracto, frío y anquilosado que ya no sería propiamente psicológico, puesto que lo psicológico es fluente y cambiante como lo vital. Ambos entrañan un contínuo evolucionar.

Integración quiere decir que los hechos o fenómenos no sólo suman o se dan con determinada continuidad, por simple oposición de hechos sino que, a la par que se suman o suceden, se modifican.

El resultado es diferente a la suma o sucesión de los hechos o fenómenos. Por ejemplo, si se junta hidrógeno y oxígeno se tendrá una mezcla de ambos gases. Pero si la mezcla es en determinada propor -- ción y se efectúa en condiciones convenientes, podrá lograrse una integración de los gases y obtenerse, según los casos, agua, agua oxigenada, agua pesada, etc. Lo mismo sucede con los hechos y fenómenos psíquicos, los que pueden acumularse, confundirse o integrarse.

4.- Areas de integración

La vida es el resultado de la integración de multitud de aconteceres que van desde el plano de lo puramente inorgánico, hasta el plano de lo psicológico. Si se considera a un ser humano con criterio analítico, tratando de apreciar sus partes integrantes, se llega de inmediato con los elementos inorgánicos. Ellos son los elementos más simples de la estructura humana. Al no estar organizados constituyen también los componentes del reino mineral y forman el mundo de los objeto inanimados y/o sin vida. Estos elementos principalmente son : el oxígeno, el carbono, el hidrógeno, el nitrógeno, el calcio, el fósforo y todos los que entran en la composición del cuerpo humano.

Estos se ordenan en forma tal que se dan como materias inorgánicas no organizadas. Lo inorgánico se organiza integrativamente, de un modo químico peculiar y se constituye la materia orgánica con características propias tales como ser, en general, menos estable y más compleja que la materia inorgánica. Lo orgánico se integra en lo vital y se tiene entonces al ser viviente. Este se integra resultando algunos fenómenos psíquicos fundamentales con lo cual se tiene ya un ser animal. Si prosigue la marcha evolutiva, se integran a lo estrictamente condicionado, a la mera esencia del ser, la capacidad creadora, la posibilidad de una vida de relación, la organización de una tabla de valores, la individualización en parte lograda por esfuerzo propio, así como otros fenómenos psicológicos diferenciados, se tiene entonces, en este último plano de la integración, al ser humano.

En el ser humano visto así, como una integración, no pueden distinguirse un cuerpo ni una mente. Al estar integrados, ambos van juntos. Si se considera por ejemplo el caso de una enfermedad, debe tenerse presente que no se enferma el cuerpo y la "persona" está sana, así como tampoco se da una persona que enferma de la mente quedando inmodificado el cuerpo, lo orgánico. La psicofisiología, la psicofisiopatología, los tratamientos utilizados en la medicina actual,etc. demuestran que si se modifica el estado orgánico, se puede modificar la condición mental de un sujeto. También la condición mental puede modificar sustantivamente su estado orgánico, tanto para bien, cuanto para mal. En el caso, por ejemplo, de las enfermedades de origen psicológico, fundamentalmente lo emotivo transtorna la marcha biológica del individuo, al extremo de producir incluso cambios físicos ostensibles. Tratándose de los efectos de un tratamiento psicológico adecuado, sucede lo contrario. En este caso, la relación interpersonal convenientemente conducida y por medios puramente psicológicos modifica, fundamentalmente y para bien, los transtornos "orgánicos"

que presenta el paciente. En el seno de la integración del ser, sólo artificialmente se puede pues desintegrarse una de sus partes. La vida mental, entre otros fenómenos integrados, se da como una unidad dentro de una unidad y es únicamente para los efectos de una mayor comprensión y de un mejor estudio de la totalidad, que se analizan y abstraen parcelas dentro del complejo unitario integral que es el ser humano.

5.- La unidad psicobiológica

Generalmente se piensa que el ser humano consiste en la yuxtaposición de una serie de parcelas, o se da como sumación de una serie de fenómenos y partes : inteligencia, conducta, sexo, afectos, huesos, vísceras, etc. En realidad no sucede así. Lo psicobiológico es una unidad indivisible, global, dinámica. De esta unidad, por un esfuerzo de abstracción, se aislan determinados contenidos a los cuales se da un nombre. Estas abstracciones se hacen, sea con propósitos didácticos, sea para poder comprender ciertos aspectos parcelares dentro de la unidad. Según como se enfoque la totalidad de lo psicobiológico, se tendrán diferentes partes del dinamismo teleológico y unitario que es el ser. Se deslindan así una serie de áreas, modelos, sistemas y estructuras como son la inteligencia, la personalidad, las tendencias instintivas, el sistema nervioso, la infancia, la adolescencia, el sexo, la psicomotilidad, etc. En realidad todo ello se da integrado en la simultaneidad. No en tanto que hechos psíquicos o biológicos sino en tanto que fenómenos psicobiológicos. Ello induce a examinar, siquiera someramente, las relaciones entre el alma y el cuerpo.

6.- La relación cuerpo y alma

La palabra alma está aquí desprovista de significaciones éticas o religiosas. En sentido restrictivo, podría llamarse alma al conjunto de las vivencias. El concepto de vivencia se define como la experiencia que, consciente o inconscientemente, se incorpora a la personalidad. Todo lo que es vivido -lo visto, lo escuchado, lo pensado, lo representado, lo imaginado, lo sentido, etc.-, constituye el alma. La relación entre el cuerpo y el alma, o la relación entre mi cuerpo y mi yo, ha sido vista en diferentes formas desde tiempos inmemoriales. Para muchos, por una parte existe el cuerpo y por otra el alma, y ambas entidades seguirían su curso independientemente, siendo el cuerpo mortal y el alma inmortal. Esta posición filosófica denominada dualismo, está siendo revisada a la luz de los conocimientos actuales.

Fundamentándose en la experimentación científica, hay razones de peso para pensar que cuerpo y alma constituyen una unidad, esta es la posición monista (del griego monos : uno). Cuando se acepta que esta unidad es reductible a lo material, se tiene el monismo materialista. Si por el contrario, la unidad se considera reductible a lo espiritual, se tiene el monismo espiritualista.

La mayor parte de los investigadores actuales consideran la integridad del ser, cuerpo y alma como una unidad, como una totalidad indivisible. Ambos aspectos vienen a ser como las dos caras de una moneda o el anverso y el reverso de una hoja de papel. Todos tenemos que tratar con seres humanos, sanos o enfermos, por ello es importante recordar que al enfrentar a una persona se tiene que hacer forzosamente con sus aspectos psicológicos y con su aspecto físico. Por otra parte, se sabe de la enorme influencia de los fenómenos orgánicos en lo psíquico y viceversa. Como ejemplos de esto, recuérdese tan sólo la estrecha vinculación que existe entre el modo de ser de

una persona y su constitución física, así como la relación que hay entre su actividad y el número de glóbulos rojos que tiene en la sangre. El ser humano es pues una unidad integrada en la que se consideran abstractamente dos aspectos : cuerpo y alma.

7.- La relación entre el yo y el mundo exterior

Esta unidad psicobiológica puede recibir influencias, puede captar señales del mundo exterior o puede emitirlas y puede expresarse en él. Esto amplía el problema de relación entre el cuerpo y alma, agregando el de la relación entre esta unidad psicobiológica y el universo. Este intercambio del ser humano, en su totalidad con el mundo que lo rodea, puede darse como recepción o como entrega. Ejemplo de recepción en el aspecto psicológico, son los fenómenos correspondientes a los órganos de los sentidos : la sensibilidad y la sensorialidad. Como forma de expresión de entrega al mundo exterior, pueden mencionarse los movimientos, los actos y el lenguaje que son expresión de las vivencias. Tanto la recepción como la entrega tienen un común denominador psicológico que son los afectos, el sentimiento. Lo que se recibe como sensación, como percepción, o lo que se entrega como acto, va siempre teñido afectivamente. Por afectivo se entienden todas aquellas vivencias matizadas con el agrado o el desagrado, que se acompañan de placer y displacer. La tonalidad afectiva es un elemento importantísimo así no fuera más que por estar estrechamente relacionado, con los instintos y las tendencias instintivas. En la vida psíquica, se da una tendencia a diferenciar algo, que es el yo, de aquello que no es el yo, o sea el no yo. Viene así a diferenciarse lo que es el yo de lo que es el mundo exterior. Esta diferenciación entre el yo y el no yo se puede apreciar en determinados casos. En otros, la cosa no es tan clara y la distinción entre el yo y el no yo, va perdiendo nitidez. Tenemos el cabello, las uñas,

¿son parte del yo o no lo son?. Mientras están fijos son parte del yo,pero pueden dejar de serlo y;sin dificultad alguna, ser considerados como parte del mundo exterior. Cada uno de nosotros puede considerar algo que ha hecho o algo que ha pensado como parte del propio yo. Puedo decir "yo he pensado tal cosa". Respecto de ese mismo pensamiento, en un momento dado, puedo decir : "no, no he pensado esto, eso era un mal pensamiento, no puedo ser yo el que pensaba en esta forma". Es decir, a veces se niega que sea parte de nuestro yo algo que en realidad es parte de nuestro yo, o inversamente, Si alguien se corta un dedo, puede decir : "me duele mi dedo" o " el dolor del dedo me molesta". En el primer ejemplo hay una total conjunción de sucesos, no hay diferencia entre el yo y el no yo. En el segundo caso, el dolor es planteado como algo ajeno, venido de fuera, que molesta; se plantea implícitamente un desdoblamiento entre el yo (que estoy bien y sin molestias) y el no yo (ese dedo fregado que me viene a molestar). Es decir que, segun las circunstancias internas y externas, existe una oscilación variable de los límites entre el yo y el no yo. Ello acontece generalmente en el propio cuerpo. Esta es en realidad el área de distinción entre el yo y el no yo. Normalmente, un sujeto distingue con claridad lo que es el yo del no yo, tomando su propio cuerpo, por así decirlo, como punto de referencia. Acerca de la relación entre cuerpo, yo y el mundo exterior, existen diferentes puntos de vista. Hay quienes afirman que lo únicó real es justamente el yo, pudiendo sus puntos de vista enunciarse así : "yo soy el que creo la realidad", "yo soy el que percibo las cosas, si yo no las percibiera no existirían". Esta posición se llama solipsismo, que es una forma de subjetivismo llevada al extremo. Hay, asimismo, otros que consideran que es el mundo exterior lo único real y sus puntos de vista podrían presentarse en estos términos : "yo no soy sino una parte del mundo exterior", "yo no soy sino un aspecto de lo que se da fuera de mí", "la única realidad es pues el mundo ex

terior", la materia. Este modo de vdr las cosas se denomina materialismo.

8.- Las áreas abstractivas

La posibilidad de comunicación a nivel verbal se fundamenta en la existencia previa de un lenguaje común entre aquellos que pretenden comunicarse. Por ello, antes de entrar en cualquier materia, es imprescindible plantear la terminología que se utilizará. En psicología, la terminología corresponde a vocablos que se desgajan conceptualmente de la unidad psicobiológica. Las variables en cuestión significan, pues, conceptos artificiosamente arrancados de ese todo integrado que es la unidad psicobiológica y social conocida como ser humano. Son conceptos abstractivos, no realizados independientemente. Los que se presentan a continuación lo son con criterio explicativo fenomenológico. Ellos corresponden a áreas que nunca se dan aisladas en el proceso del desarrollo, ni en lo que podría ser un corte del presente. Hasta hace poco se hablaba de la inteligencia, la imaginación, la fuerza de voluntad, la afectividad y así sucesivamente, como partes de la psicología del ser. También se hablaba de la infancia, la niñez, la adolescencia y la adultez (generalmente confundida con madurez), como períodos definidos y diferenciables del desarrollo humano. Actualmente se sabe que ninguna de esas presuntas parcelas de la psicología y ninguno de los períodos del desarrollo, existen en la realidad. Todos estos nombres corresponden solamente a abstracciones, a resultados del análisis, más o menos minucioso y arbitrario que se hace del conjunto integrado que es la realidad presente. Todo quehacer en psicología es de la totalidad del ser.

CAPITULO II

PSICOFISIOLOGIA

1.- Consideraciones Generales

La psicofisiología es un aspecto del conocimiento integrativo de los seres vivos animados. El conocimiento psicofisiológico permite establecer relaciones entre lo psicológico y fisiológico en el terreno de lo normal. Estos conocimientos son luego aplicables a las desviaciones de lo normal. En estricto sentido etimológico, el concepto de la psicofisiología hace primar lo psicológico sobre lo fisiológico y por ello es inexacto; invirtiendo los componentes de la palabra psicofisiología, se acuña el término fisiopsicología, que incluye lo fi

siológico. En el presente contexto, el término psicofisiología se utiliza considerando que lo fisiológico y lo psicológico no priman uno sobre el otro, sino actúan uno y otro balanceadamente en el seno de la unidad integrativa del ser. La explicación psicofisiológica, fundamentada en que la psicofisiología es el estudio que conduce al conocimiento de la base física de la actividad mental, ha sido el sueño dorado de los investigadores, sobre todo a fines del siglo pasado en que hicieron descubrimientos alentados por las actitudes y concepciones positivistas y materialistas. Uno de los más importantes fue el de las causas infecciosas de ciertas enfermedades mentales. A partir de esa época se ha buscado el fundamento orgánico de todo acontecer psicológico en el ser humano. Se han tomado puntos de vista físicos, endocrinológicos y enzimáticos para explicar los fenómenos psicológicos y sus anormalidades. Cada investigador ha buscado la explicación de las modificaciones psicológicas en alguna parcela material o funcional del ser. La verdad se encuentra en la conjunción de todos estos puntos de vista. La integración psíquica del ser es indivisible de la integración orgánica formando la unidad integrativa. La psicología fundamentada en este planteamiento es psicología biológica. Ella se sustenta en algunos postulados. Uno de ellos es que ningún proceso biológico acontece sin un cambio psicológico concomitante; inversamente, ningún proceso psicológico acontece sin un cambio biológico. Más concretamente, el funcionamiento del organismo en general está en relación estricta con modificaciones que pueden apreciarse fisiológicamente y psicológicamente. Dentro de esta concepción, con criterio práctico se acepta que el cerebro en particular, y el sistema nervioso en general constituyen, respectivamente, el órgano y el aparato de la mente.

2.- Métodos de la psicofisiología

La psicofisiología emplea en primer lugar los métodos de la psicofisiología experimental, que se aplica o utiliza tanto en hombres como en animales. Este método aplicado en el hombre no puede conducirse hasta sus últimas posibilidades ni dar resultados sistemáticos detallados, porque es difícil, y hasta imposible, conseguir seres que se presten a este tipo de investigaciones, sea como investigadores por razones éticas o como investigados por razones de peligrosidad del experimento. En cambio, utilizados en los animales, los métodos de la psicofisiología experimental proporcionan datos importantes. Estos resultados de la experimentación animal pueden ser aplicables al ser humano con cautela. Ello se debe a que, aún tratándose de experiencias efectuadas en animales vecinos al hombre en la escala biológica, siempre existen grandes diferencias entre una especie y otra. Inversamente, en seres alejados en la escala biológica, pueden obtenerse resultados experimentales, por ejemplo, cambios bioquímicos muy semejantes. Esto trae la posibilidad de obtener datos mediante estudios de psicofisiología comparada. Ella utiliza los métodos comparativos. Lo que se aprecia en la psicofisiología animal se aplica a la psicofisiología humana. Los campos de la neuroanatomía dinámica de la neuroquímica, de la psicoquímica, de la psicofarmacología y de la neurofisiología, en el estado actual de los conocimientos se compenetran intensamente entre sí y con la psicofisiología. Los progresos llevados a cabo en cualquiera de esos campos, conllevan datos significativos para los otros; las posibilidades de cada una de estas disciplinas se han visto incrementadas por dos hechos fundamentales, a saber, el avance de la electrónica y el aumento del poder discriminativo del análisis y de la síntesis en química.

Por lo que concierne al progreso de la electrónica, éste puede resumirse diciendo que se debe, fundamentalmente, al aumento logrado en

el poder de amplificación y en las posibilidades de transducción de los equipos utilizados. El aumento del poder de amplificación es evidentemente fundamental para incrementar el campo del conocimiento en todas las ramas del saber científico. A medida que se aumenta la amplificación de los equipos e instrumentos científicos, se hace más vasto el mundo de lo conocido. Transducción quiere decir cambio de un tipo de energía en otro. En las últimas décadas, la transducción ha permitido la creación de equipos ultrasensibles que, por ejemplo, permiten ver una fibra nerviosa funcionando y representada, gracias a la transducción, en una pantalla de televisión y/o quedar además registrada en una cinta de video que puede ser archivada y utilizada en el futuro.

En cuanto al avance la química analítica, tiene que considerarse que los métodos analíticos actuales son los que hacen posible estudiar la acción de cantidades infinitesimales de sustancias que pueden ser aisladas, marcadas y rastreadas a través de diversos lugares, seres o recorridos. Por otra parte, los avances en la síntesis química son los que permiten efectuar diversos tipos de cambio en la estructura de determinadas sustancias con el objeto de apreciar los cambios en sus efectos, modos y lugares de acción.

En este terreno deben considerarse los hallazgos resultantes de la aplicación y del afinamiento de las técnicas neuroquímicas.

Otro método para el estudio psicofisiológico es la aplicación de los conocimientos de la psicofisiopatología a la psicofisiología. Esto significa que los hallazgos de las investigaciones efectuadas en enfermedades pueden servir para explicar aspectos del comportamiento de seres sanos y normales. Por ejemplo, se ha observado que un tumor en la región talámica puede traer cambios en los afectos. En este mismo terreno se sabe que en el curso de determinada intervención quirúrgica, la estimulación del tálamo puede producir en el sujeto falsa rabia, o sea cólera, con sólo algunas características que di--

cho estado afectivo tiene en el sujeto normal. De estos datos psicofisiopatológicos se deduce que en el tálamo hay centros que tienen que ver con los afectos en el ser humano. Otro método del que se sirve la psicofisiología es el estudio del desarrollo del individuo o de la especie. Se puede apreciar que en la evolución del ser, los cambios fisiológicos guardan relación con los cambios psicológicos. Fenomenológicamente puede diferenciarse la recepción de un estímulo de la percepción del mismo. Experimentalmente se ha podido comprobar que en el niño recién nacido hay recepción pero todavía no se ha desarrollado la posibilidad de elaboración, conducente a la percepción que sólo se alcanza en el ser más integrado. En el niño pequeño lo único que se aprecia, consecuentemente a un estímulo, es una reacción generalmente de sobresalto, no una respuesta. Esta última implica una relación más estrecha y productiva entre el ser y el mundo que lo rodea, así como una mayor integración de las actividades neuropsicológicas frente a un estímulo que debe ser comprendido e interpretado para desencadenar una respuesta en vez de una reacción. Otro ejemplo claro de la aplicación del estudio del desarrollo en psicofisiología se tiene en la pubertad o en la vejez. Durante ellas los cambios en las expresiones psicológicas se acompañan de cambios endocrinos. La búsqueda de la relación entre ambos es investigación psicofisiológica. El conocimiento de esta correlación psicofisiológica, constituye el fundamento científico de las acciones dirigidas a producir modificaciones de la conducta. Tal es el caso de ciertos tratamientos hormonales. Inversamente existen aspectos endocrinos, de cualquier período del desarrollo, que pueden modificarse por influencias psicológicas. Estos ejemplos hacen resaltar la importancia del criterio psicofisiológico. La diferencia entre reacción y respuesta también puede establecerse entre diferentes especies animales. Para el estudio psicofisiológico se compara el funcionamiento psicológico de un sujeto en determinado período temprano de su desarrollo, con el corres-

pondiente alcanzado por determinadas especies inferiores. También se usan en psicofisiología la introspección y la extrospección. Por e-llas se sabe que ciertos cambios fisiológicos se acompañan de cambios psicológicos. En el hombre hay cambios fisiológicos, por ejemplo los sentidos como sensaciones de vacuidad, de salivación, y cambios psicológicos como mal humor antes de almorzar, todos reconocibles en el sujeto que tiene hambre. Las contracciones intestinales sentidas como ganas de evacuar también traen además otros cambios psicológicos concomitantes tales como cierta nerviosidad, inquietud motora, deseos de salir de donde se está, etc.. Ciertos efectos como el amor y las emociones, como el miedo, el temor a un examen, producen modificaciones fisiológicas en el sujeto.

3.- Características de los fenómenos psicofisiológicos

Los fenómenos psicofisiológicos normales se conocen como procesos mentales. Según el criterio usual y simplista pareciera que hay un divorcio entre la actividad mental y el funcionamiento cerebral. Este planteamiento divisionista ha dado lugar a una actitud dualista en torno a los procesos mentales. En los últimos años, los avances de la neurofisiología y, especialmente, en los últimos diez años el progreso de la psicofarmacología, esto es de la investigación con drogas psicotropas,-algunas de las cuales actúan modificando los síntomas de enfermedades mentales, mientras que con otras se puede producir psicosis experimentales- han permitido salvar en parte la distancia existente entre el estudio de la mente y las funciones del cerebro. Se ha logrado con ello demostrar que el comportamiento tiene un sustrato neural o nervioso. En otras palabras, actualmente se considera que toda función mental tiene su representación en la actividad neuronal aunque, en la actualidad, ésta sea todavía desconocida en muchos casos. El hecho de que algunos aspectos del complejo fun-

cionamiento nervioso no se conozcan, no quiere decir que no tengan explicación fisiológica. Lo que sucede es que los métodos de examen y de investigación resultan ser muy rudimentarios y esto impide aproximarse experimentalmente a algunos fenómenos. Ultimamente se ha ampliado la perspectiva para el estudio del soporte anatomo-fisiológico del comportamiento humano. Como se dijo anteriormente, aparte de los avances de la psicofisiología y la psicofarmacología, el afinamiento de los métodos técnicos de la investigación electrónica ha significado un aporte notable en el estudio de la unidad integrativa de los seres vivos.

4.- Evolución del sistema nervioso

La avolución y desarrollo del sistema nervioso, en el hombre y en otros animales, sigue una serie de etapas que aunque no están netamente delimitadas pueden ser esquematizadas (Esquema I.1).La evolución de cualquier aspecto de los seres vivos, en general, constituye la filogenia (del griego filos : especie y genos : origen) o sea la evolución de las especies (vegetales y animales). La evolución del ser desde su concepción hasta su completo desarrollo constituye la ontogenia (del griego ontos : ser y genos : origen).
Existe un paralelismo bastante apreciable entre la evolución filogénica y la ontogénica. Por lo que respecta al sistema nervioso, en particular, hay que considerar aquí tres grandes etapas evolutivas que corresponden con otros tantos conjuntos estructurales del cerebro humano. Ellas son el cerebro basal, el cerebro límbico y el cerebro más evolucionado o neocortex. Esto quiere decir que el neocortex, o corteza cerebral reciente es filogenética y ontogenéticamente más nueva que las zonas corticales correspondientes al paleocortex, o sea a la corteza cerebral evolutivamente más antigua. El paleocortex corresponde tanto al cerebro de los mamíferos más antiguos (cerebro

paleomamífero) como al de los reptiles. Ninguna de las zonas del cerebro correspondientes a las denominaciones mencionadas, que se fundamentan en el desarrollo evolutivo, tiene límites precisos. Por ello ciertos autores prefieren las denominaciones surgidas del tipo de desarrollo embriogénico del tejido vivo. Las zonas que presentan las seis capas del desarrollo embrionario constituyen prácticamente el alocortex, que comprende las estructuras dorsolaterales de la corteza cerebral. Las estructuras límbicas y basales no pasan por todas las etapas del desarrollo embrionario completo, son más uniformes y, por ello, constituyen el llamado isocortex. (Esquema II.1).

Para la comprensión del funcionamiento de los aspectos psicológicos, de la totalidad psicofisiológica que es el ser humano, conviene conocer someramente las estructuras anatómicas globales del sistema nervioso central. Ellas están esquematizadas en el esquema II.2.

No es necesario memorizar todos los nombres. Conviene recordar sí que las partes más bajas del esquema corresponden a las posiciones más elementales(y colocadas más atrás o sea posteriores) del cerebro animal. Como ya se ha visto, en el curso de la evolución el cerebro de agranda hacia adelante. La zona de máximo desarrollo anterior, o sea hacia adelante constituye el cerebro anterior o prosencéfalo. A su vez, la parte más nueva,esto es, más anterior y al mismo tiempo la más voluminosa del prosencéfalo, es el telencéfalo. Es por ello que el aumento de la especialización y por consiguiente en el tamaño de las partes superiores del sistema nervioso constituye el proceso llamado telencefalización. Este proceso se acompaña de una mayor diferenciación en el comportamiento. La evolución del comportamiento ha venido acompañada también por el desarrollo y progreso de la capa cortical del cerebro, lo que se denomina corticalización. La evolución de la conducta y de la inteligencia, propias del ser humano, ha sido considerada paralela con el polo frontal del cerebro. A ello se

Esquema II.1

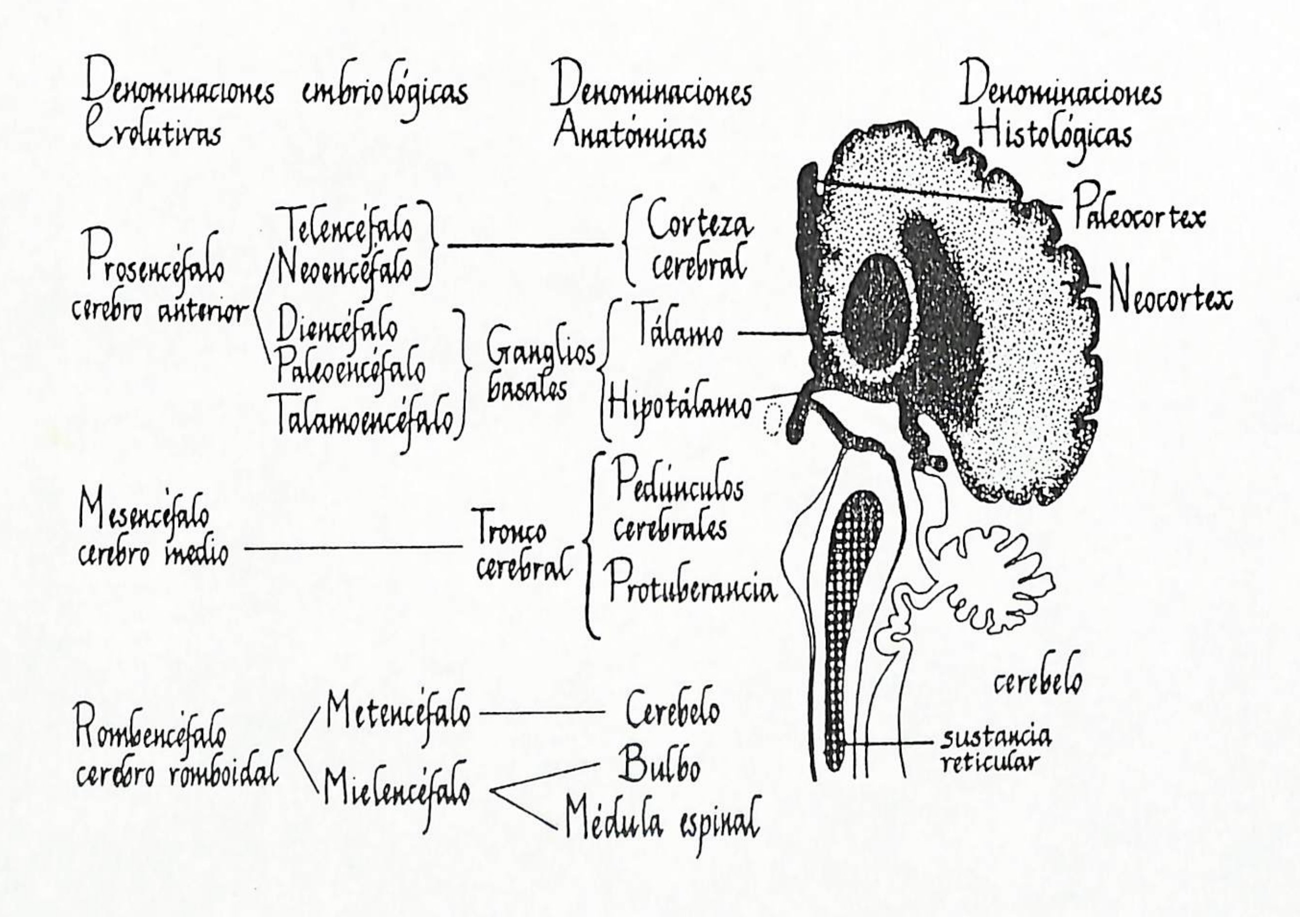
NEOCORTEX
ALOCORTEX
NEOMAMÍFERO

PALEOCORTEX
ISOCORTEX
PALEOMAMÍFERO
(sistema límbico)

REPTÍL

Esquema de la organización de los 3 tipos fundamentales de cerebro en el curso de la evolución de los mamíferos.

Esquema II. 2



Esquema de las porciones evolutivas del encéfalo en los animales vertebrados mamíferos.

lo ha llamado frontalización. Siguiendo las etapas sucesivas de la evolución nerviosa, puede decirse que el progreso acontecido en el comportamiento está marcado por una telencefalización, seguida por una corticalización y finalmente por una frontalización. Esto guarda cierta relación con la estructura histológica. En efecto, las zonas corticales de máxima diferenciación funcional son las dorsolaterales conocidas como neocortex, que corresponde al cerebro neomamífero o sea el correspondiente a los mamíferos más recientes y más diferenciados de la escala zoológica.

5.- Emoción y conocimiento

Con fines expositivos y como artificio didáctico, se habla de dos aspectos generales en lo que se refiere a la actividad mental. Estos dos aspectos son la emoción (o sea lo pático) y el conocimiento, (o sea lo gnóstico). Ambos están imbricados en cada acontecer concreto. En otras palabras, incluso las experiencias predominantemente páticas o emocionales tienen componente gnóstico o inversamente. Lo pático, (de pathos : pasión, enfermedad) se refiere a cómo entraña o repercute en los afectos una experiencia de cualquier índole. Cómo un hecho conmueve al ser o cómo modifica sus sentimientos. Lo pático está unido a la esencia de la personalidad, es lo afectivo por excelencia, mientras que lo gnóstico es lo objetivo, lo externo, lo ajeno. Lo gnóstico se refiere al conocimiento, al porqué de las cosas, al objeto considerado aparte de su relación con el ser individual. Significa un conocimiento racional puro, con poco del matiz afectivo que poseen las experiencias vivenciadas. Lo predominantemente gnóstico queda por su carácter expresivo impersonal desligado de la experiencía ricamente vivida.

Para los efectos de apreciar los aspectos psicofisiológicos y sus bases anatonofisiológicas, se aislan los fenómenos páticos, referidos

a lo subjetivo, entre los cuales deben considerarse la emoción y las tendencias instintivas, de los aspectos gnósticos como son la memoria y el aprendizaje.

Los aparatos y mecanismos puestos en juego en relación con lo pático son más difusos que los que intervienen en los aspectos gnósticos. Lo pático, así como el aspecto pático que siempre tiene lo gnóstico, es directamente dependiente de las condiciones en que se encuentran órganos muy diversos del organismo tales como el estómago, el colon, el corazón, etc. Desde el punto de vista neurofisiológico el tenor pático viene condicionado por la intervención de estructuras y de asociaciones corticosubcorticales, difusas, extendidas e imprecisas, con participación de los sentidos menos diferenciados como son el olfato y el tacto. En lo gnóstico intervienen primariamente los sentidos superiores y las áreas de integración cortical, así como ciertos datos elaborados de los sentidos menos diferenciados como el olfato y el tacto, particularmente si se trata de aportes diferenciados como los resultantes de las exploraciones manuales.

6.- Psicofisiología de los niveles de vigilancia

Los niveles de vigilancia, o de conciencia, que van normalmente de la vigilia al sueño, corresponden a niveles de integración funcional. Esta va desde la intervención teórica de sólo dos neuronas, hasta la participación de la formación reticular y de la corteza cerebral donde hay que considerar la puesta en juego de elementos activos, activadores e inhibidores de las funciones integrativas corticosubcorticales, entre la corteza cerebral y las zonas que están por debajo de ella.

6.1. Aportes de la neuroanatomía funcional

La m.ntención del estado de vigilia supone la intervención de no sólo los núcleos subcorticales sino, también, de la corteza cerebral e implica la máxima integración funcional del sistema nervioso. Este mismo juego de variabilidad en la integración de las diversas partes del sistema nervioso se pone de mani -- fiesto tratándose de los estados funcionales conocidos como consciencia e inconsciencia, vigilia y sueño, atención y dis-- tracción. La vigilia es, como nivel de consciencia, la clari-- dad de nuestra atención. Objetivamente, puede considerársele como la aptitud del organismo para responder como un conjunto dentro de una estructura. La vigilia atenta corresponde a una elevada excitabilidad de los más altos niveles de integración. Justamente la integración funcional central esto es, la que transforma los impulsos aferentes - o sea los que llegan de a-fuera hacia el cerebro - en actos, es poco conocida. En todo caso, se sabe que este nivel de integración, en que la señal aferente se hace consciente, intervienen la corteza cerebral y buena parte de los núcleos subcorticales, particularmente la formación reticular. (Esquema II.3)

La formación reticular tiene límites imprecisos. La acción del sistema reticular se manifiesta hacia abajo, o sea hacia la médula espinal y hacia arriba, o sea hacia la corteza cerebral. Actualmente se sabe que el sistema reticular puede poner en marcha mecanismos funcionales que actúan a veces como activadores y, otras veces, como depresores de diversas funciones y fenómenos psicológicos. Así por ejemplo la estimulación de ciertas zonas del sistema reticular produce modificaciones clíni-- cas y en la actividad eléctrica cerebral, similares a las del despertar. Por otra parte, las lesiones de su porción anterior producen somnolencia. Se sabe también que en el hipotálamo y re

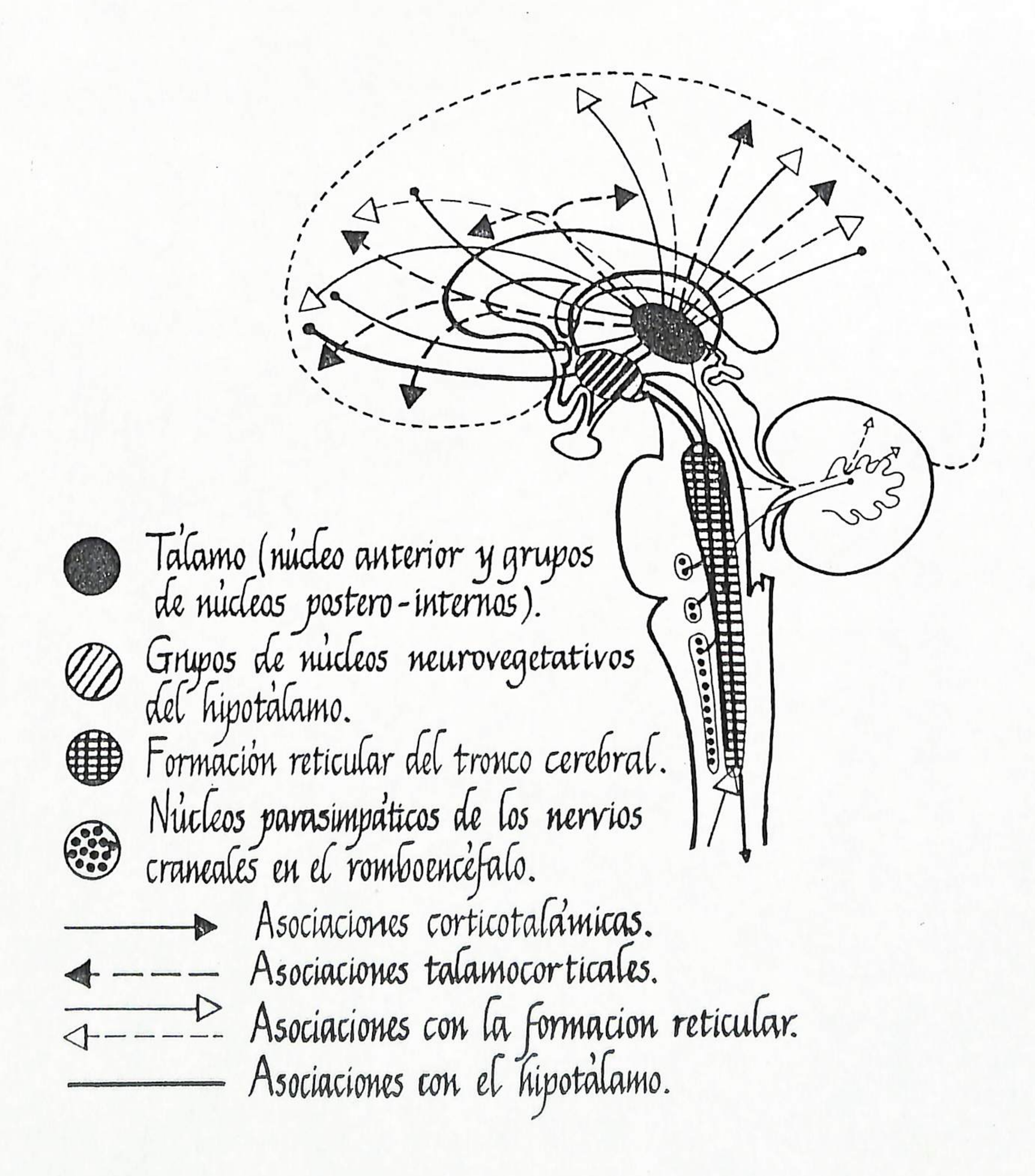
giones cercanas es donde existe una zona, considerada el centro del sueño, cuya destrucción produce un sueño profundo y prolongado.

Un nivel importante de integración está dado por la participación funcional del tálamo. Gracias a esto ocurren las integraciones subconscientes de estímulos aferentes, tal como sucede con los reflejos posturales, que mantienen al cuerpo en la posición debida, y los ajustes automáticos del sistema nervioso llamado autónomo, o neurovegetativo, que permiten mantener la estabilidad del medio interno, o sea mantener la homeostasis.

A las áreas de proyección cortical llegan las salvas de estímulos aferentes (sensitivos y sensoriales)a través de la sustancia reticular y el tálamo) y,aparentamente, es merced a la acción cortical que ellos se hacen plenamente conscientes. La función de la corteza cerebral sería discriminatoria de los estímulos aferentes e inhibidora de la actividad subcortical.

Es posible estudiar los niveles de consciencia observando las modificaciones de los niveles de integración producidos durante los tratamientos con ciertos fármacos, como la insulina. En este caso y con el aumento de la dosis se puede apreciar el descenso de los niveles de consciencia. A partir de la vigilia viene el embotamiento de la consciencia, lo que corresponde a una condición de desintegración de la actividad de la corteza cerebral. Durante este estado hay una baja de la capacidad de discriminación sensorial y pérdida paulatina de las conexiones con el mundo exterior. A continuación se observa un predominio o liberación de los centros subcorticales en general. A nivel subcorticodiencefálico, se presentan reflejos primitivos, como son los movimientos de defensa, contracciones musculares y hasta pueden presentarse crisis convulsivas. El nivel siguiente es el mesencefálico. Durante éste se presen

Esquema II.3



Esquema de las conexiones cortico-subcorticales.

tan hechos que hacen recordar a la descerebración : espasmos con contractura en flexión de los miembros superiores y con extensión de los inferiores. Si se profundiza aún más el estado de inconsciencia, se tiene un nivel equivalente a la descerebración de tipo modular alta en que los miembros superiores también se extienden. Finalmente, el último nivel es cuando se afectan los centros medulares bajos, entonces hay palidez, disminución del tamaño de la pupila, pulso lento, baja de la presión arterial, respiración superficial, sudoración copiosa y otros síntomas de schock que pueden conducir a la muerte.
La baja de los niveles de consciencia se acompaña de una disminución del consumo de oxígeno. Los centros superiores son más sensibles que los inferiores a la falta de oxígeno. La corteza cerebral puede estar privada totalmente de oxígeno por un máximo de 10 a 15 minutos, al cabo de los cuales se producen daños corticales irreparables. El tálamo resiste de 20 a 30 minutos y la médula espinal de 30 a 40 minutos.
La liberación de los centros inferiores, además de signos clínicos, se expresa en la actividad eléctrica del cerebro. Ella puede registrarse en el electroencefalograma (EEG) y los cambios producidos por el pasaje de la vigilia al sueño se resumen diciendo que el control de los centros inferiores se manifiesta por la presencia en el electroencefalograma de ondas de menor frecuencia (más lentas) y de mayor voltaje que las registradas estando el sujeto despierto. Para una mejor comprensión de todo lo dicho es conveniente conocer algo del funcionamiento eléctrico del cerebro.

6.2.- Los aportes de la electroencefalografía.

El EEG registra las corrientes eléctricas que aparecen en la superficie cerebral, a través de las diversas estructuras que

protegen la masa encefálica. El registro se logra por medio de electrodos colocados en el cuero cabelludo. Las corrientes registradas son minúsculas, se miden en microvoltios (uV o sea millonésimas de voltios) y son amplificados en tal grado que se pueden inscribir en un papel que corre a determinada velocidad. Las descripciones que siguen a continuación se refieren y corresponden a sujetos considerados normales.

6.2.1. El EEG de vigilia en el sujeto adulto.

Durante el reposo estando la persona relajada y con los ojos cerrados se puede ver que en la región occipitoparietal se presentan ondas de 8 a 13 ciclos u oscilaciones por segundo (cada oscilación en un segundo constituye una unidad llamada Herz y cuya abreviatura es Hz). Estas ondas se denominan ondas alfa, cuya amplitud es variable entre 10 y 70 µV. En las otras regiones del cerebro de un sujeto adulto hay ritmos más rápidos con frecuencias entre 15 y 25 Hz, denominados ritmos beta (Véase fig. II.4).

Cuando el individuo respira profundamente (hiperventila) se producen cambios bioeléctricos que se acompañan a su vez de cambios en el nivel de consciencia. A medida que el sujeto hiperventila más, el nivel de consciencia disminuye. A menor nivel de consciencia, el individuo presenta mareos y no puede mantener la atención concentrada. En el EEG se presentan en esas condiciones, en los sujetos de menos de 20-22 años, ondas de gran voltaje, de 150 a 220 µV, de 2 a 3 Hz, más abundantes y de mayor voltaje en las regiones frontales. Se trata de las ondas delta. Asimismo pueden presentarse ondas de 4 a 7 Hz, de menos de 100 µV, llamadas on-

EEG de reposo, sujeto adulto normal, con los ojos cerrados

FIG II.4

Front izq

Front.cent.izq

Cent.par.izq

Oc.izq.

Front. der.

Front.cent.der

Cent.par.der.

Oc.der.



EEG de hipervent. de un sujeto menor de 22 años

Fig. II.5

Front.izq

Front.cent.izq.

Cent.par.izq.

Oc.izq.

Front.der.

Front.cent.der.

Cent.par.der.

Oc.der.



das theta.(Véase fig. II.5).
Esta respuesta de ondas lentas a la hiperventilación varía según la edad del sujeto (se presenta por debajo de los 20-22 años) y suele desaparecer después. La respuesta está, también y simultañeamente, en relación con el nivel de azúcar en la sangre, o sea con el nivel de glucosa sanguínea. En el caso de un sujeto en ayunas, o con la glucosa baja, esta respuesta de ondas lentas es más frecuente. En los individuos con glucosa sanguínea dentro de los niveles normales, esta respuesta de ondas lentas no se suele presentar por encima de los 20-22 años. El EEG es sensible a otros estímulos externos como por ejemplo los centelleos de luz. Esto es el fundamento de ciertos métodos de examen de la actividad bioeléctrica cerebral y explica por qué determinados individuos responden, por ejemplo, a los estímulos luminosos de la televisión con determinadas reacciones que pueden incluso conducir a crisis de tipo epiléptico.

6.2.2. El EEG durante el sueño.

Al dormirse el sujeto el EEG se modifica (Véase fig. II.6). Durante el sueño normal se describen cinco períodos o estadios denominados uno, dos, tres, cuatro y de movimientos oculares rápidos (MOR). Dentro de esta clasificación se agrega el estadio 0 que corresponde al registro para reposo estando el sujeto con los ojos cerrados.

Estadio 1.- Está caracterizado por períodos de menos de 30 segundos de ondas de 8 a 12 Hz, de menos de 20 µV, y un huso del sueño o complejo K. Se entiende por complejo K una onda lenta de gran voltaje seguida de

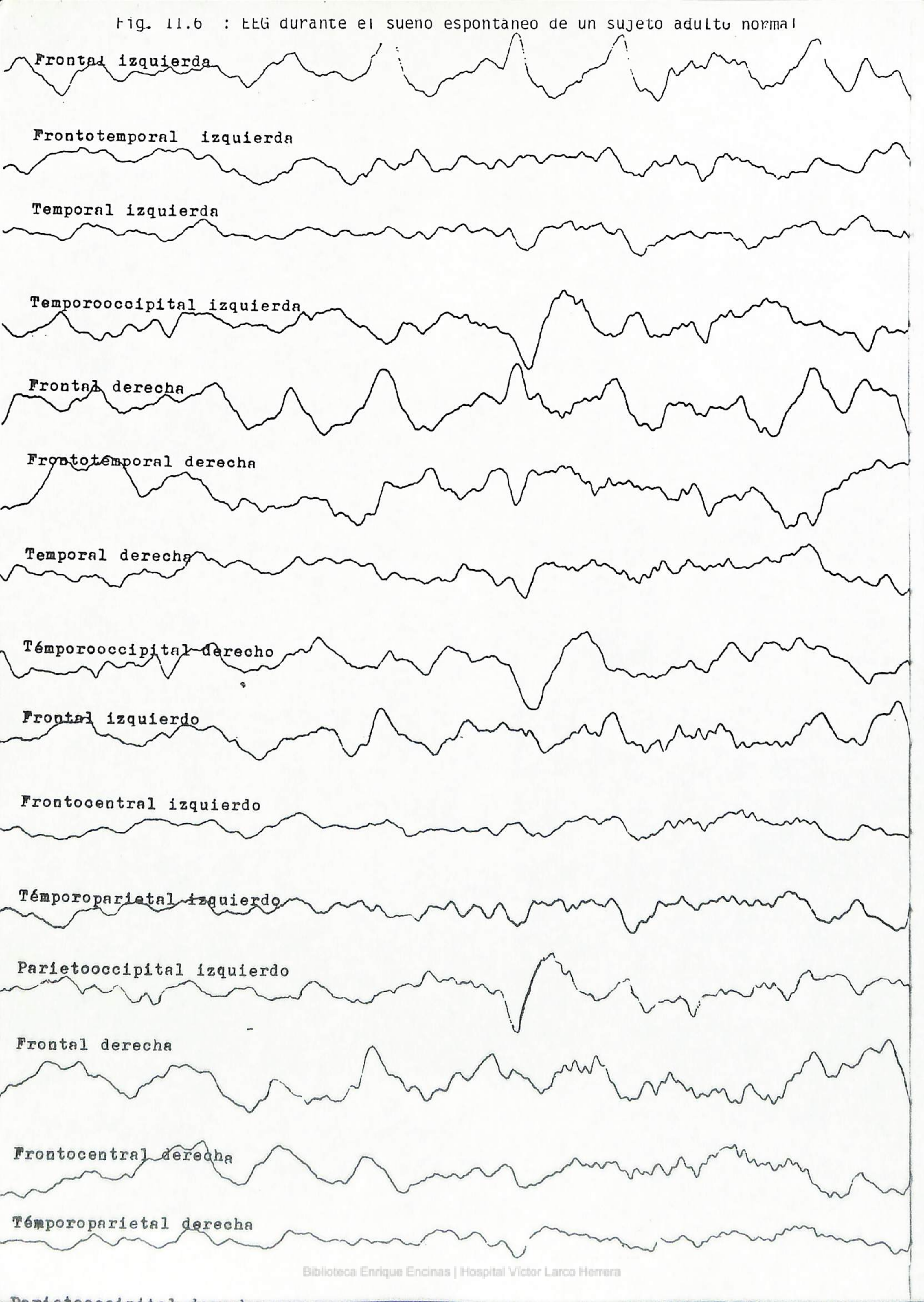


Fig. II.6 : EEG durante el sueno espontaneo de un sujeto adulto normal

un conjunto de ondas más rápidas.

Estadio 2.- Durante el cual se presentan cuando menos dos husos o complejos K y menos de 12 segundos de on-- das de 1 a 3 Hz, de más de 20 µV.

Estadio 3.- Es aquel durante el cual se presentan cuan do menos 13 segundos, aunque menos de 30 segundos, de ondas de 1 a 3 Hz, de más de 20 µV.

Estadio 4.- Cuando se presentan más de 30 segundos de ondas de 1 a 3 Hz, de más de 20 µV.

Estadio MOR.- Que es aquél durante el cual se presen-- tan movimientos oculares rápidos (el nombre MOR se constituye con las iniciales de las palabras : movi-- mientos oculares rápidos. En el EEG el registro de es- tos movimientos se sobrepone a lo descrito para el es- tadio 1. (Fig. II.6).

Los estadios mencionados no siguen determinada frecuen cia temporal ni en cada sujeto ni en un grupo de suje- tos. Cada estadio dura más o menos 10 minutos. El esta dio MOR puede durar hasta 33 minutos. Por lo que con-- cierne al sueño nocturno, es notorio que los estadios descritos no se suceden con regularidad para un mismo sujeto en noches sucesivas ni siguen una total ordena- ción dentro de los grupos estudiados. Puede sí afirmar se que durante el primer tercio de la noche predominan los estadios 3 y 4. Los estadios 1 y MOR son más fre- cuentes durante el último tercio de la noche. El esta- dio 2 se distribuye con cierta regularidad durante to- da la noche. Parece que el estadio MOR está en rela -- ción con los períodos durante los cuales se presentan sueños y pesadillas en el durmiente. El tipo de hallaz gos durante el sueño demuestra que este proceso corres

ponde a una desintegración de los niveles de activi--- dad neurológica. Estos niveles de desintegración tie-- nen una función normal en el sueño y una expresión anó mala en las crisis epilépticas o los estados de coma. Durante el sueño el sujeto no está totalmente desvincu lado del medio exterior. La desintegración progresiva del nivel de consciencia que constituye el sueño no im plica una ruptura brusca ni total de las relaciones con el mundo exterior. Durante el sueño normal el suje to, sin despertarse, presenta respuestas diversas ante diversos estímulos. Por ejemplo, el complejo K se pre- senta como resultado de un estímulo sonoro exterior. Por otra parte el sujeto presenta un complejo K bien sea cuando se le susurra su nombre o cuando se le pega una palmada. Si se le pega muy débilmente o se susurra un nombre que para él no tiene significación, el com-- plejo K no se presenta. El complejo K se presenta si se susurra el nombre de la mujer amada, no se presenta si se susurra un nombre cualquiera y para que se pre-- sente el complejo K debe gritarse o decirse en voz al- ta un nombre cualquiera. Esto quiere decir que incluso durante el sueño hay una discriminación emocional o a- fectiva de los estímulos.

Con esto se tiene una idea de que el EEG se modifica en diversas condiciones. Esta correlación entre las condiciones del sujeto y el EEG, entre el medio y la actividad bioeléctrica, no son sino una de las muchas correlaciones psicofisiológicas que es dable encontrar en el ser humano.

7.- Psicofisiología de la sensación y de la percepción

Toda función nerviosa cumple una finalidad biológica. Las sensacio - nes y su desarrollo en estructuras, con sentido personal, hacen factible el conocimiento del mundo exterior. Ellas permiten al mismo tiempo el conocimiento del mundo interior o sea de sí mismo.
Las sensaciones son la materia prima de los fenómenos prospectivos, esto es, de los que orientan la conducta hacia el futuro. Buena parte de los cambios psicológicos del individuo acontecen como conse -- cuencia de los datos suministrados por los sentidos. Hay sensaciones vagas, como las de malestar o bienestar, presión, temperatura, olfato, gusto y tacto, que corresponden a sentidos poco diferenciados y elementales. Por otra parte, hay datos sensoriales que corresponden a sentidos más diferenciados como el oído y la vista. La relación del sujeto con el mundo es posible merced a la sensopercepción, o sea a la conjunción indivisible de los datos de los sentidos menos diferenciados y de los más diferenciados, a tiempo que estos datos requieren significado personal y para el grupo. Como es sabido, la sensopercepción sólo se alcanza merced a la existencia de estructuras especializadas en la función receptora de estímulos. Ellos son menos específicos para las sensibilidades generales somáticas, y más específicos para los órganos de los sentidos más diferenciados como la vista y el oído. Las estructuras nerviosas de los órganos de los sentidos no sólo son receptoras, sino que transmiten dichos estímulos que, psicológicamente, constituyen experiencias a diferentes planos del sistema nervioso. Se constituye así el contingente de estímulos o impulsos aferentes, o sea que van de afuera hacia adentro del organismo. Los excitantes son múltiples. Para el tacto son mecánicos, para el gusto y el olfato son de tipo químico y para la vista de tipo físico. Pero no todo excitante externo es captado por los sentidos. Existen umbrales de excitación. Por encima del umbral superior y por

debajo del inferior no se puede percibir determinado estímulo. Estos umbrales varían de individuo a individuo y aún dentro del mismo sujeto varían de acuerdo a las condiciones psicofisiológicas por las que pasa. Por otro lado, los medios de información cambian con las variaciones bioquímicas que acontecen en el organismo. Tal es el caso de la influencia humoral sobre algunas formas sensoriales. Así por ejemplo se ha comprobado que en la mujer, que posee ciclos biológicos más netos que el hombre, la sensopercepción olfativa está más afinada en el período premenstrual que durante la menstruación. En otras palabras, el grado de sensibilidad para percibir no sólo depende de una estructura anatómica, sino también de circunstancias de orden químico, metabólico y hormonal.

Todo estímulo recogido por los órganos de los sentidos es transmitido a los centros nerviosos. Las regiones que quedan debajo de la corteza cerebral o sea regiones subcorticales, constituyen la gran estación receptora. En ella se reciben y organizan los datos del mundo exterior, lo cual tiene lugar particularmente en la llamada formación reticular situada dentro de esa parte del cerebro que se llama tronco cerebral o tronco encefálico. (Fig. II.3).

En las regiones subcorticales los datos sensoriales son elaborados e integrados en elementos primarios, dándoles su tonalidad afectiva. Parece ser que la carga afectiva viene dada en una estructura subcortical denominada tálamo. Del tálamo, merced a las vías talamocorticales, los datos aferentes son transmitidos a las áreas corticales donde están los analizadores de las sensaciones.

En torno y por encima del tronco cerebral existe una zona de corteza cerebral llamada el lóbulo límbico, que pertenece a las formaciones más antiguas de la corteza cerebral (paleocortex) y que tiene ingerencia en las percepciones olfativas. Además de esto, el lóbulo límbico se relaciona con estructuras subcorticales, tanto del tálamo como del hipotálamo y de la sustancia reticular, conformando lo que se

llama el sistema límbico o rinencéfalo. Debe señalarse que el sistema límbico constituye la mayor parte del cerebro paleomamífero (Esquema II.7) y tiene funciones similares en el hombre y en otros animales.El rinencéfalo o cerebro límbico juega un papel importante en las funciones emocionales, viscerosomáticas y endocrinas, particularmente por sus conexiones con el hipotálamo que, a su vez, es un centro de regulación de muchas funciones relacionadas con el comportamiento en general, con las glándulas de secreción interna y con las expresiones emocionales en particular.

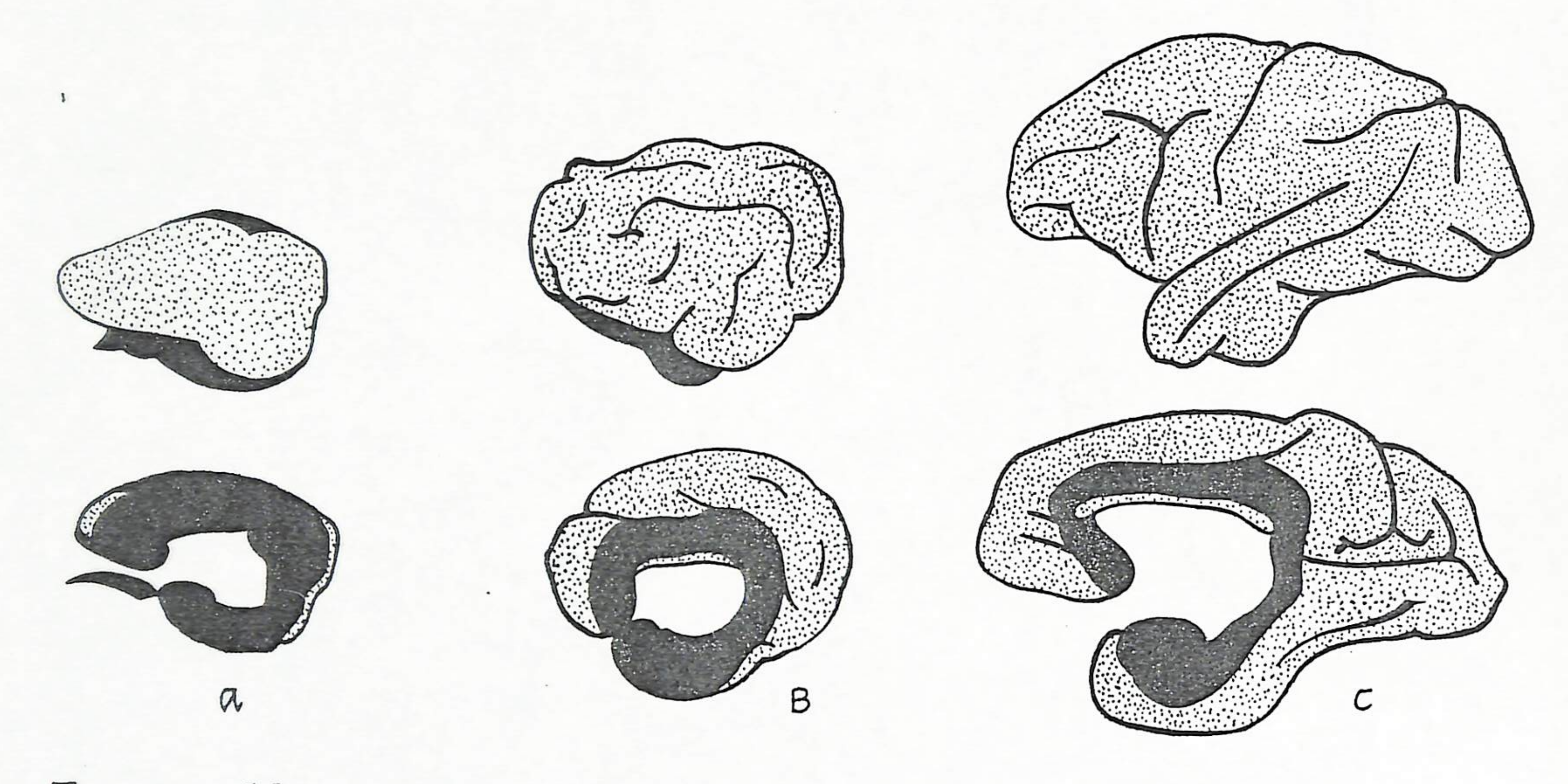
En torno y por encima del cerebro límbico, tanto durante el desarrollo de la especie (filogenia) como en el desarrollo de cada ser (ontogenia), se desarrolla de modo notable en el ser humano, una corteza cerebral más diferenciada y discriminativa, más nueva dentro de la evolución biológica. Es el neocortex, cuyas funciones se integran con las del paleocortex y con el resto del sistema nervioso. La corteza cerebral es considerada como la estructura que más participa en el reconocimiento y el análisis de los datos sensoriales. Gracias a su actividad se llegan a convertir las sensaciones, así sean elementales, en percepciones que son elaboradas y plenas de significado personal.

En el cerebro en general y en la corteza cerebral en particular, hay zonas de estructura histológica diferentes. Estas diferencias son de tipo material. Además de éstas, existen diferencias en las funciones de las diversas zonas cerebrales. Tratándose de la corteza cerebral, en cierta forma y dentro de ciertos límites, las zonas corticales son susceptibles de diferenciarse funcionalmente en el cerebro humano vivo, por ejemplo durante ciertas intervenciones neuroquirúrgicas. Es así eomo, experimentalmente, se ha llegado a determinar la existencia de áreas de localización sensitivo-sensorial con carácter de zonas de proyección funcional. Estas concepciones están muy alejadas de los esquemas de localización cortical con base anatómica simbolis

ta. Se considera que el lóbulo occipital es importante para la función óptica. El sentido acústico tiene un área funcional en la región supratemporal del lóbulo temporal. En la región parietal se encuentran las áreas funcionales para el sentido del tacto con sus variantes. El área gustativa parece corresponder al área subcentral o a la parte medial del opérculo parietal. Las terminaciones aferentes del sistema olfatorio se dirigen al denominado rinencéfalo que constituye un aspecto funcional o parte estructural del sistema límbico (Véase esquema II.8). Cada una de las áreas mencionadas correspondería a un centro de cuádruple integración sensitivo-afectivo-intelectivo-motora adonde llegan aferentes, de donde parten aferentes y que mantiene conexión, anatómica y funcional con otras partes de la corteza, y con centros subcorticales. Experimentalmente ello no ha sido claramente demostrado porque, si bien la estimulación eléctrica de los analizadores visuales (lóbulo occipital) o auditivos (lóbulo temporal), produce sensaciones elementales de luz, de forma, de movimiento, o de sonido, no se originan percepciones propiamente dichas. La estimulación produce más bien alucinaciones elementales, sensaciones que se dan como chispas, rayos luminosos o destellos sonoros, sin estar integrados ni presentarse como figuras o sucesiones sonoras con significado. Por esto se considera que las zonas corticales de localización funcional no son las determinantes de los fenómenos perceptivos, sino son receptoras y analizadoras de la materia prima con la cual se elaborarán las percepciones propiamente tales.

La segunda etapa, después de obtenidos los datos informativos, es la de la organización de los mismos en entidades simbólicas o en fenómenos perceptivos. Si bien la recepción de los estímulos y el análisis de sus elementos aparentemente tiene ubicación cortical, la percepción, el reconocimiento de determinado objeto, la gnosis, es algo más complicado y se acepta que para ello se necesite del concurso de varias zonas cerebrales.

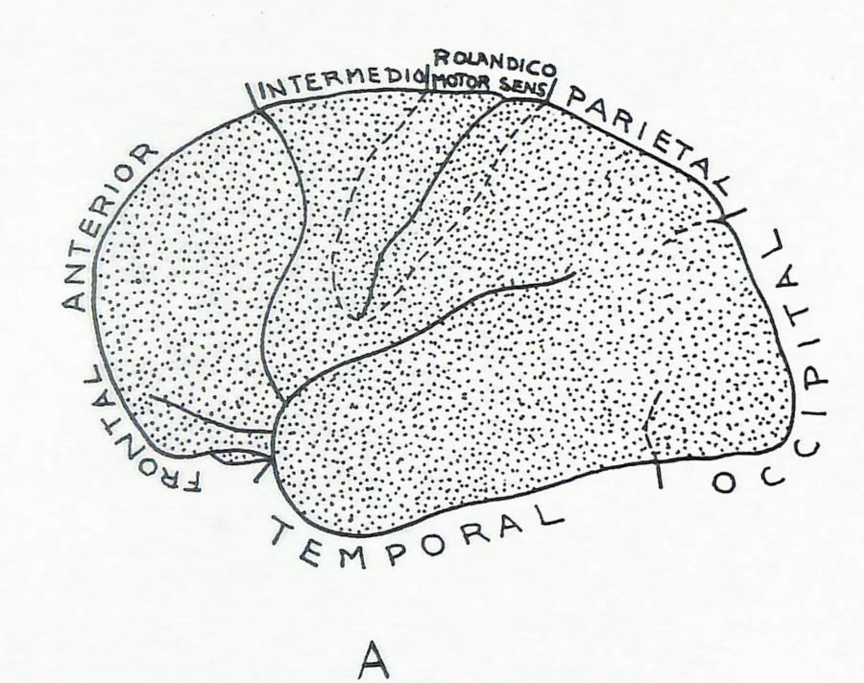
Esquema II. 7



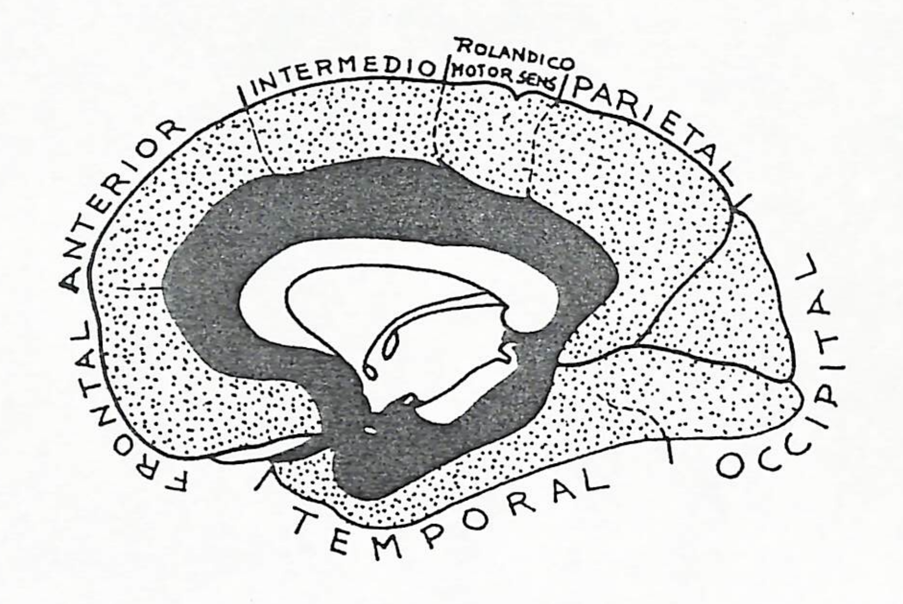
Evolución del sistema límbico.

Dimensiones relativas de los cerebros del conejo (a), del gato (B) y del mono (C) mostrando que el lóbulo límbico (la parte más importante del cerebro paleomamífero) dibujado en negro se mantiene efectivamente constante en el desarrollo. El neocortex se desarrolla de forma espectacular en el curso de la filogenia, esta representado en blanco

Esquema II. 8



A



B

Regiones o lóbulos de los hemisferios cerebrales.

A – Vista exterior del hemisferio izquierdo.

Si se tiene la percepción visual de un objeto, en ella hay impresiones de forma, color y textura. Todos estos datos corresponden a fenómenos completamente elementales. Ellos por sí solos no pueden constituir la representación del objeto. Para esto se tiene que recurrir a los aportes de la experiencia, a los datos sensoriales primitivos, con intervención de la memoria. O sea que, para existir la percepción, los datos elementales proporcionados por los sentidos, aportan una información que se tiene que completar con datos no puramente sensoriales. Este proceso se llama complementación aperceptiva. En toda percepción, justamente con los datos elementales existentes en el campo de la consciencia, se dan una serie de fenómenos psicológicos que complementan y dan sentido a la experiencia. De allí es que la percepción es una estructura compleja, que entraña la intervención de complicados circuitos neuronales corticosubcorticales. El conocimiento de estos hechos no es de un interés exclusivamente teórico. Con criterio práctico, estos conocimientos sirven para la comprensión de lo que sucede en enfermos con lesiones cerebrales, que les producen transtornos del reconocimiento, pese a que poseen impresiones elementales. Esta anormalidad junto con los datos experimentales neurofisiológicos acumulados, permiten afirmar que determinadas zonas de la corteza intervienen en la función formativa, que en última instancia es resultante de la acción integrada de extensos circuitos corticosubcorticales. Las zonas de proyección cortical son pues sólo un elemento de parte de las funciones psíquicas sensoperceptivas elevadas.

Al lado de la sensibilidad y de los datos de los sentidos especializados, hay ciertas formas de percepción que son de una gran importancia. Tal es el llamado esquema corporal o somatognosia. La consciencia del yo es la representación mental de nuestro ser. Además, nuestro cuerpo tiene también una representación espacial. Tenemos de nuestro cuerpo una imagen que en el adulto normal es constante. El

El bebé no se ha formado todavía un esquema completo de su cuerpo. Por ello puede dormirse sin haberse cubierto debidamente y sólo al despertar, la sensación de frío le permitirá darse cuenta de que esa parte descubierta es también integrante de su cuerpo. Es sólo a partir de los cuatro años cuando se desarrolla el esquema corporal completo, cuyo contenido psicológico está formado por sensaciones auditivas, visuales y cenestésicas. Estas últimas correspondientes a las codificaciones que, como aferentes nerviosos, parten de los órganos internos, de los músculos, de los huesos, tendones, articulaciones, etc. y dan una noción de la condición, grata o desagradable del propio cuerpo, de su posición, temperatura, tensión, motilidad, etc. La cenestesia usualmente no es percibida salvo que se haga un esfuerzo voluntario para sentirse a sí mismo como un sentirse bien o sentirse mal. El esquema corporal no tiene un asiento neurológico definido pero en la zona parietal posterior confluyen los elementos informativos que le dan origen. Por esto es que un tumor en dicha zona muchas veces produce la pérdida de la somatognosia, lo que significa la pérdida de la noción del propio cuerpo. Inversamente, la llegada de aferentes a estos centros, puede explicar el fenómeno denominado del miembro fantasma. En este caso, un sujeto al que se le ha amputado un miembro, sigue sintiéndolo durante cierto tiempo y a veces toda su vida, presentando sensaciones de dolor, de cansancio, etc. que el paciente localiza en el miembro inexistente.

Ultimamente el estudio de los fenómenos perceptivos se ha enriquecido por las experiencias con drogas alucinógenas. Ellos son compuestos que, al ser incorporados al organismo, originan una serie de psicosíndromes transitorios. De estos transtornos, los más característicos son los de la esfera perceptiva, particularmente las alucinaciones, de allí que estas drogas se llamen alucinógenas. Se ha podido ver que la sustancia incorporada por ingestión, inyección o por cualquier otra

vía, va por la

sangre, actúa sobre determinadas formaciones cerebrales y su acción se manifiesta por modificaciones químicas, eléctricas y en la transmisión nerviosa. Estos estudios, están permitiendo vincular más estrechamente la percepción a un sustrato orgánico, a su base anatómica, fisiológica y química.

8.- Psicofisiología de la emoción

En esta parte se tratará de la psicofisiología de los afectos en general. Debe recordarse que la emoción es justamente uno de los tipos de afecto con mayor componente orgánico demostrable. Para el desencadenamiento de la emoción han de intervenir aferentes con datos sensoriales. Las experiencias en animales sugieren que los impulsos aferentes se cargan de interés afectivo en el tálamo pero las características de la emoción corresponden a influencias hipotalámicas. En estos mecanismos juegan papel importante los sistemas talámicos de proyección cortical. Existen áreas de la corteza , claramente determinadas, en las que aparecen potenciales evocados por estimulación de estructuras subcorticales. En animales decorticados, respetando la sección caudal del hipotálamo, el estímulo eléctrico con frecuencias altas de los núcleos posteriores del hipotálamo, desencadena una conducta que recuerda a la de la rabia pero, aparentemente, sin la resonancia afectiva que tiene este sentimiento en el animal completo. Por esta razón, a los cambios de conducta obtenidos se les ha denominado falsa rabia(sham rage). Simultáneamente se producen modificaciones neurovegetativas del tipo que indica predominio del sistema simpáticon con secreción de adrenalina. Si para la estimulación se emplea bajas frecuencias, los animales se ponen mansos, cariñosos y hasta duermen.

La destrucción de dichas estructuras produce estados de excitación. También en animales se ha descrito que tanto la estimulación del nú-

cleo dorsomedial cuanto la destrucción del núcleo ventromedial del hipotálamo producen falsa rabia. Tratándose de la destrucción del núcleo ventromedial, la agresividad de la falsa rabia se acompaña de polifagia y disminución de los impulsos sexuales. Aparentemente, el diencéfalo sería una central neurovegetativa que, ante cualquier condición de stress provocaría una liberación de hormona adrenocorticotropa (ACTH). En todo caso, se considera que el hipotálamo anterior es central parasimpática y el hipotálamo posterior es zona de regulación simpática. Por otra parte, la destrucción de los lóbulos temporales, en monos macacos, produce gran placidez por lo que parece que aquellos pueden jugar un papel en la afectividad. Se acepta que los lóbulos frontales constituyen zonas de proyección afectiva, visceral y neurovegetativa, lo que los convierte en zonas de integración afectiva. En buena parte, esto se ve sustentado por los resultados de las lobotomías, o sea la sección quirúrgica de las fibras frontotalámicas. En estos casos, entre los cambios más ostensibles están los de tipo emocional o afectivo, particularmente la desaparición de la ansiedad y la aparición de una alegría vacía y sin causa real, denominada moria. Las condiciones metabólicas tienen influencia notable en el control emocional del sujeto normal. Para ello, recuérdese las modificaciones afectivas y emocionales producidas por la ingestión de alcohol. Los cambios de conducta en cuestión, se expresan en un comportamiento emocional anormal frente a los estímulos. En esas condiciones el individuo puede estar deprimido, colérico, agresivo o eufórico. No se conoce a ciencia cierta el porqué de estas variedades en el tipo de respuesta emocional a determinada intoxicación pero los hechos son conclusivos de la relación existente entre las condiciones del medio interno y la emoción.

9.- Psicofisiología del stress

La importancia psicofisiológica del stress estriba en que establece un puente psicofisiológico entre la emoción, en su sentido más amplio, y los acontecimientos neurohumorales en el ser viviente.
La palabra stress tiene varias acepciones. El stress es, al mismo tiempo, la situación en la cual aparece y se desarrolla la condición llamada stress. Es el estímulo fisiológico que determina el aumento superior a lo normal de los niveles de hormonas corticosuprarenales. Es también el síndrome neuroendocrino y bioquímico desencadenante y consecuencia de lo anterior. Es la respuesta emotiva, como parte de la respuesta integrada de la totalidad del organismo. Es pues una ruptura del equilibrio, de la homestasis, tanto del ser con del ambiente cuanto del hombre consigo mismo.
Si se tiene en cuenta que stress es al mismo tiempo la situación, la condición y la respuesta integral, en la que hay ruptura del equilibrio interno y externo del organismo, se puede pensar que lo importante es la existencia de un conflicto o pugna amenazante que entraña una pérdida de la paz, una pérdida de la ataraxia. La palabra stress se relaciona con el término strain, que es el estironeamiento el jaloneamiento y, por consiguiente, constituye una pérdida de la tranquilidad. Quien está siendo estirado, trajinado, no puede estar en paz. Este es el mismo sentido también del término alemán strapazzieren que quiere decir justamente maltrato, uso continuado y maltratante de algo.
El stress tiene una forma aguda que se expresa con el cuadro de shock. La otra forma de stress es la crónica, que es justamente la más importante. Constituye una respuesta integrada que se presenta tanto en el amor, en el rechazo, en el éxito y en el fracaso, en la tristeza y en la alegría, Sea cual fuera la situación que lo origina, el stress crónico actúa desfavorablemente sobre las funciones

psicofisiológicas en general y la acción es más notable sobre las que corresponden a la más alta integración funcional del organismo. En este sentido el stress transtorna la función, produce alteraciones y aumenta las existentes. La razón está en que el stress produce acciones directas e indirectas. Las acciones directas son las determinadas por el stress y la situación stresante en sí. Las acciones indirectas son aquellas que sin ser en sí las situaciones stresantes están en relación inmediata con ellas. Entre estas acciones indirectas cabe mencionar el uso del alcohol, del cigarrillo y de todo tipo de drogas como paliativos o como consecuencia de la situación y de las condiciones de stress. Se establecen circuitos reverberantes y de <u>feedback</u> que hacen que el stress perdure incluso después de que ha desaparecido la causa original.

10.- Psicofisiología de las tendencias instintivas

Los afectos fundamentales corresponden a las necesidades básicas presentes. Estas no son sino la respuesta que corresponde a la información de estados como el hambre, la sed, la necesidad de respirar, de defecar, [illegible] y de moverse. Hasta aquí todo se refiere prácticamente a la conservación del individuo. Hay otros afectos vinculados con las necesidades de crear, de autoafirmarse, de socializarse y de tener una relación sexual. Todas estas necesidades están en relación con la conservación de la especie y requieren, en buena medida, la presencia de otro ser, de otra persona.

Aparte de los afectos fundamentales existen los afectos específicos como son los provocados por sistemas sensoriales específicos tales como por ejemplo el dolor o el calor.

Las emociones que corresponden a afectos generales son aquellas que pueden ser sentidas por individuos o por grupos. Ellas se vinculan a aspectos de la conducta orientados a la conservación del indivi-

duo y de la especie. Los afectos generales se relacionan con tipos de comportamiento instintivo como son : la búsqueda, la agresividad, la cautela, la defensa, el rechazo, el acercamiento, la ternura, la aceptación y la huída. Ellos pueden ser la expresión, tanto motora como preverbal o verbal, de los respectivos sentimientos siguientes : la búsqueda por la curiosidad o el interés, la agresión por la cólera, la cautela por la sospecha o la duda, la defensa por la protección, el rechazo por el fastidio o la molestia, el acercamiento por la amistad, la ternura por el afecto, la aceptación por el amor y la huída por el miedo.

Tratándose de las sensaciones, las percepciones y los afectos fundamental y específicos ellos solamente se presentan, en condiciones normales, cuando existe el estímulo correspondiente. Solamente puede hablarse de representación como una aproximación a la percepción en ausencia de un estímulo. Los afectos generales (como las compulsiones y ciertos pensamientos) se pueden manifestar o pueden resurgir después de que las circunstancias que las han determinado han desaparecido. Esto quiere decir que hay elementos mnémicos y en general mentalización. Se pone ya en juego entonces tanto el cerebro límbico como el neocortex. Por lo que concierne al sistema límbico hay que mencionar que el hipotálamo posterior y la parte del septum corresponden o tienen relación con el placer. Por otra parte el tálamo anterior y el hipocampo dorsal están en relación con conductas indiferentes. El tálamo posterior y el tegmento mesoencefálico están en relación con el displacer. Todo esto en experiencia de autoestimulación en animales.

Esto vale tanto para el comportamiento hídrico (o sea el relacionado con la sed y la búsqueda de líquidos) cuanto para el comportamiento sexual. También es válido para las conductas alimentarias y en general para todas las conductas de búsqueda-evitamiento. Con esto no quiere decirse que se han localizado los instintos, pero es que las

necesidades y ciertas conductas fundamentales guardan relación con determinadas regiones funcionales del sistema nervioso central. La expresión de las tendencias instintivas, llamadas también impulsos básicos en el ser humano, es resultado de una serie de procesos de integración. En este sentido la corteza cerebral comunica a las tendencias instintivas una tonalidad y un afinamiento propios para la satisfacción de las necesidades que son expresión de las tendencias. El animal sin corteza cerebral, decorticado, sigue teniendo impulsos instintivos. Así es como el pollo o perro decorticados realizan los actos con los que usualmente satisfacen la necesidad de alimentos pero la conducta de los animales decorticados carece de la discriminación y la finura que redundan en el logro del objetivo. Los pollos decorticados pican aunque no haya granos que den significado al acto instintivo.

Las tendencias instintivas son también influenciadas por las glándulas endocrinas. Así, hay transtornos instintivos en los chimpancés castrados, que se compensan administrándoles hormonas.

Neurofisiológicamente el hipotálamo queda incluído dentro de los circuitos neuronales que intervienen en las tendencias instintivas. El hipotálamo se relaciona con otras estructuras merced a dos aspectos de su funcionamiento : hipotálamo endocrino e hipotálamo neuronal. El hipotálamo interviene en las tendencias instintivas relacionadas con la sed, con la búsqueda de líquidos y con la evacuación de líquidos. Otras partes del hipotálamo intervienen en la búsqueda de alimentos y en otros estados emocionales. El hipotálamo se continúa, sin delimitación precisa, con la substancia reticulada, donde se encuentran los centros relacionados con los niveles de consciencia. La destrucción de ciertos núcleos hipotalámicos produce una excitación duradera. La estimulación de otras partes, con frecuencias lentas, ocasiona somnolencia, mientras que la estimulación con frecuencias rápidas produce estados aparentes de cólera. La relación entre las ten-

dencias instintivas y el hipotálamo se hace más estrecha porque la parte anterior del hipotálamo se vincula con la actividad vegetativa parasimpática y la parte posterior con la actividad simpática. A su vez, los mecanismos vegetativos tienen que ver con las tendencias instintivas. La fisiología demuestra que otros núcleos hipotalámicos están relacionados con los movimientos intestinales, con el peristaltismo intestinal, importantes en el hambre y durante el miedo. También se ha demostrado que el hipotálamo interviene en forma indirecta en las tendencias instintivas, porque tiene que ver con el metabolismo de los hidratos de carbono y de las grasas. Merced a ello interviene en el crecimiento y desarrollo genital normal, así como en la regulación térmica y además en la del sueño.

La relación entre el hipotálamo y la hipófisis, no sólo es de continuidad anatómica, mediante fibras, sino que ella es mucho más íntima gracias a su contigüidad y continuidad endocrinas. Esta relación tan estrecha permite entrever muchos de los mecanismos psicofisiológicos en el sentido de que un estímulo nervioso desencadenará una respuesta hormonal y viceversa.

De esta manera se establece con toda claridad el puente o mejor la continuidad entre lo psicológico y lo fisiológico, entre un estado emocional y una respuesta hormonal. Con ello se reafirma la condición integrada del ser y se evidencia lo inevitable que es el que toda conducta sea integrada.

11.- <u>Psicofisiología de la memoria</u>

El estudio de la memoria ha sido revitalizado por las investigaciones neuroquímicas y electrofisiológicas. Antes fue una función explorada sólo por los psicólogos experimentales y se elaboraron una serie de hipótesis teóricas para explicar su dinámica. Actualmente se intenta fundamentar el conocimiento de la memoria sobre bases neuro-

fisiológicas y neuroquímicas, sin menoscabo de la existencia de todos los dinamismos psicológicos mencionados.
Todo ser viviente tiene alguna forma de memoria. La más antigua es la tendencia a repetir. Ella es peculiaridad del sistema nervioso en general ya que éste siempre tiende a formar modelos neuronales o químicos que facilitan la repetición posterior de actos anteriores. El cerebro del reptil, o la parte del cerebro humano que esencialmente corresponde al reptil (Esquemas II.1 y II.7), juega un papel fundamental en la adquisición y mantenimiento de las conductas repetitivas. El cerebro del reptil está representado en el hombre por aquella parte de cerebro que media entre la sustancia reticular por abajo y el tálamo por arriba. Los experimentos ponen en claro que estas estructuras modifican sus respuestas según los precedentes. Justamente esto determina la formación de los hábitos en relación con todo lo ejercitado. Un principio fisiológico señala que lo que se hace una vez, favorece la posibilidad de hacerlo en otra oportunidad con mayor facilidad. En ello está el fundamento de la memoria y el material de base para el aprendizaje. El cerebro en condiciones normales está en funcionamiento constante, trabaja de día y de noche, y este trabajo se manifiesta por ondas eléctricas. Al llegar el estímulo externo aferente, o sea de fuera hacia adentro, no encuentra un sistema nervioso en estado de reposo, sino en actividad permanente. Esta influencia externa es recibida por los centros nerviosos. Una vez que el estímulo es captado se estructuran circuitos neuronales capaces de fijarlo. Cuando posteriormente se produce una excitación semejante, el sistema nervioso ya tiene una estructura preparada. Sus modelos, sus patrones de reacción, ya están organizados.
Se supone que la actividad espontánea, o sea la que se realiza aparentemente sin estímulo externo, utiliza datos correspondientes a experiencias previas. Estas experiencias establecieron determinados circuitos neuronales. Pueden pasar años sin que estas experiencias

se repite pero, gracias a la actividad contínua del sistema nervio-- so, estos circuitos son ejercitados y, cuando se necesite de ellos, están a nuestra disposición. En la memoria, concebida desde el punto de vista de los circuitos corticales, estímulos semejantes tendrían una función competitiva. Frente a estímulos parecidos, el sistema nervioso se encontraría en situación conflictiva debido a la forma - ción de determinados patrones neuronales. Esto parece ser cierto cuando los fenómenos guardan ciertos nexos entre sí. Por ejemplo, el cambio de estilo en cualquier actividad puede ser fácil, pero cuando ello se ha logrado es difícil regresar al estilo anterior. Esto suce de en las formas de aprendizaje que entrañan gran componente motor tal como en los deportistas y trabajadores manuales. De todo ésto, cabe deducir que en el organismo existe la tendencia a forjar el mínimo posible de modelos de respuesta nerviosa. Por otra parte, la conducta puede considerarse como un conjunto de experiencias que favorecen el aprendizaje. En los últimos tiempos se ha desarrollado el estudio de la memoria gracias a la aplicación de la electrónica. Muchos de los circuitos eléctricos de ciertas computadoras se parecen a los circuitos cerebrales. Estas máquinas son capaces de "percibir" por medio de registros fotoeléctricos o termoeléctricos; son capaces de"memorizar" mediante la acumulación de datos que vienen a ser "recuerdos". En un momento determinado, la máquina puede utilizar es-- tos recuerdos y hasta es capaz de seleccionar los más adecuados para cada situación. Es decir que, por el método de ensayo-error, la má-- quina es suceptible de aprendizaje. Las computadoras no sólo pueden solucionar problemas de cálculo matemático sino,también, pueden en-- contrar la solución a un razonamiento lógico. Incluso se han cons - truído máquinas para intervenir en situaciones complejas como la de jugar ajedrez o para participar en ciertos juegos de azar contra o-- tras máquinas o contra seres humanos. Los circuitos son complejos y están entrelazados. Fundamentalmente son circuitos reverberantes que

utilizan la retroalimentación (feedback) Como se dijo anteriormente, se entiende por circuitos reverberantes aquellos en los cuales las modificaciones que acontecen en uno de ellos, se reflejan o actúan sobre uno o varios de los demás que componen el sistema. La retroalimentación es, en cierta forma, reverberación. Esto significa que los cambios que tienen lugar en un circuito sirven para regular el funcionamiento del mismo o de otros circuitos. Los circuitos reverberantes y la retroalimentación constituyen el fundamento de los conceptos contemporáneos de la electrónica. Son también la base de la cibernética, esto es, de la construcción de autómatas que regulan su propia conducta. Debe dejarse bien claramente establecido que todos los dispositivos electrónicos mencionados (computadoras autómatas) son el producto de diseños elaborados por seres humanos de acuerdo a cierto programa operacional. En otras palabras, los equipos han sido creados para funcionar de acuerdo a determinada programación. Ahora bien, pese a que dichos equipos son multifacéticos y a que los programas son modificables, son instrumentos carentes de libertad ya que están limitados, durante cada operación, a seguir los pasos programados.

De acuerdo a lo anterior, el paralelo entre memoria mecánica y memoria humana no puede llevarse más allá de la similitud y, en ningún caso, puede hablarse de equivalencia. También a este respecto debe tenerse presente que la memoria cerebral es diferente de las otras memorias y las diferencias son particularmente notables con la mecánica. Aquella se caracteriza por su tono afectivo. Toda experiencia que se rememora se acompaña de la reacción emocional que originalmente tenía. Esto no acontece, como es de suponerse, cuando una máquina "rememora" un dato. Otro rasgo diferencial de todo fenómeno de evocación humana es la familiaridad que para el sujeto tiene lo conocido, lo ya sentido o percibido. Ello enriquece la experiencia ampliándola cualitativa y cuantitativamente. Tratándose de datos correspondien--

tes a la memoria mecánica el enriquecimiento es sólo cuantitativo. En la función de la memoria es importante el papel de las funciones del cerebro antiguo. El lóbulo temporal (Esquema II.8), también es importante en la función de la memoria. Su excitación produce el recuerdo inmediato de experiencias pasadas. En ciertos casos el sujeto las explica con toda claridad y ellas se acompañan de resonancia afectiva. Las experiencias han demostrado que el estímulo eléctrico, de la parte media del lóbulo temporal, es capaz de despertar en el sujeto el recuerdo de experiencias pasadas. Pero no sólo estas zonas intervienen en la memoria, sino también la frontal anterior o prefrontal, que está por delante de la zona motríz.

La región prefrontal parece que tiene importancia sobre todo para dar el carácter emocional a las experiencias. Las observaciones llevadas a cabo en enfermos mentales, en los que se ha efectuado una ablación quirúrgica de las zonas prefrontales, han puesto claramente de manifiesto que el componente emocional de la memoria está disminuído.En algunos de estos mismo pacientos, así como también en otros con graves traumatismos de las zonas prefrontales, se ha podido constatar que hay serias alteraciones del psiquismo. En estos casos, disminuye la imaginación visual, hay merma de las consideraciones éticas y dificultad para formarse noción del tiempo. cabe pues pensar que estas formaciones controlan hechos normales y experiencias anormales, que se relacionana con los fenómenos de integración funcional de nivel superior.

Lo memorizado recientemente se olvida más rápido y más fácilmente que lo memorizado tiempo atrás. En este proceso se supone que intervienen los circuitos reverberantes que por su repetición favorecen la "impresión" o la "grabación" del recuerdo. A su vez, esto último ha conducido al estudio de las moléculas químicas que podrían ser las portadoras de los recuerdos. Los estudios neuroquímicos han puesto de manifiesto que el ácido ribonucleico (ARN) juega un papel

-todavía no claramente precisado- en el proceso de la memoria. Más aún, se ha podido demostrar experimentalmente que la memoria y el aprendizaje, a nivel neuroquímico, son suceptibles de ser transmitidos, o cuando menos transportados, de un ser a otro bajo la forma de suministrarle las moléculas con las"grabaciones" memorizadas por otro.Todo esto abre nuevos caminos en el conocimiento de la memoria y el aprendizaje.

12.- Psicofisiología del pensamiento

El pensamiento, como fenómeno psíquico, es preciso aprehenderlo. El resultado final se conoce, pero el mecanismo, la dinámica de los procesos neurofisiológicos que lo sustentan, escapan a nuestro poder de aprehensión.
Las posibilidades de estudio experimental están circunscritas a experiencias que se hacen en torno al aprendizaje. Parece ser que, en la incorporación inteligente de datos, juega papel importante el desarrollo de los lóbulos y particularmente de los polos frontales. Las dificultades experimentales son mayores por el hecho de que los polos frontales o lóbulos prefrontales son inexcitables por estímulos eléctricos. En experiencias realizadas en epilépticos, con electrodos implantados crónicamente, se ha podido determinar que la estimulación de la corteza inferior lateral del lóbulo frontal no produce respuestas ideacionales. En cambio, en los mismos sujetos, la estimulación de los electrodos implantados en el lóbulo temporal producía respuestas psíquicas correspondientes a experiencias personales o bien otras, insensatas, de tipo pensamiento automático. Es interesante anotar que las respuestas del primer tipo se producen por estimulación de las estructuras superficiales y las respuestas ideacionales sin sentido aparecen por estímulo de zonas profundas del lóbulo temporal.

Los sujetos con compromiso del lóbulo prefrontal, por lesiones traumáticas como sucede en los heridos de guerra o por prácticas quirúrgicas, experimentan cambios en su modo de ser, disminución para la iniciativa de acción, dificultad para utilizar provechosamente los conocimientos y falta de proyección para el futuro, o sea para la prospección. El pensamiento simbólico está venido a menos, porque no hay capacidad abstractiva. Al lado de todo esto, tales pacientes presentan una emotividad irregular, cierta indiferencia, mayor agresividad o, al contrario, merma de la misma, euforia estúpida y síndrome de moria, en el que el sujeto hace chistes insulsos.

Todos estos datos permiten apreciar que, si bien aún no tenemos una idea exacta acerca de las bases fisiológicas del pensamiento, tenemos al menos una aproximación indirecta de la importancia de determinadas zonas en la formación del pensamiento. Como el lóbulo prefrontal es importante en el aprendizaje y en el pensamiento simbólico, tal como los datos clínicos y quirúrgicos lo demuestran, se lo ha denominado zona de la inteligen8ia biológica.

El cerebro llamado del reptil tiene que ver con lo relativo a los impulsos básicos para el mantenimiento del individuo y de la especie El cerebro correspondiente al paleomamífero, en el que quedan las zonas de corteza cerebral arcaica o paleocortex, está representado característicamente por el lóbulo límbico y sus conexiones constituyendo el sistema límbico que juega un papel importante en la génesis de las emociones fundamentales : miedo, amor, ira. El ulterior paso evolutivo está dado por el desarrollo de una zona de corteza cerebral nueva, el neocortex, altamente diferenciada, de estructura más compleja que, aparentemente, interviene en la transformación sensorial y afectiva en el pensamiento correspondiente. El pensamiento es también una forma de información. Entre la información llamada afecto o emoción y la información denominada pensamiento no hay una diferencia neta pues ambos se dan juntos. La medida en que se dan separada-

mente es indicadora del proceso de transducción o sea del cambio de un tipo de información, que es energía, en otro tipo de información, que es otro tipo de energía.

13.- Las funciones integrativas superiores

No existe una explicación psicofisiológica de las funciones menta -- les superiores, pero ellas pueden comprenderse dentro e un marco de procesos adaptativos del ser con el medio en que vive. Los resulta-- dos de accidentes y traumatismos encefálicos y los de la neurociru gía hacen ver que es sorprendente la gran capacidad de adaptación del ser. Así por ejemplo, después de la extirpación de medio cerebro, los cambios pueden ser mucho menores de lo que cabría esperar, conside - rando la enormidad de masa cerebral extirpada. En todo caso se sabe que en sujetos con lesiones que han provocado la pérdida de sustan-- cia cerebral, las funciones de más alta integración son las más afec tadas. Por otra parte se sabe que, de las diversas ablaciones locali zadas, la extirpación de los lóbulos frontales es la que proporcio-- nalmente origina los mayores cambios del comportamiento y las modifi caciones más notables en el modo de ser del sujeto. Del estudio de la conducta, de aquellos a quienes se les ha extirpado o desconecta- do dos lóbulos, dichos lóbulos juegan un papel en la posibilidad del individuo para afrontar una situación que conlleva al enfoque simul- táneo de un conjunto de elementos. La frontalización correspondería a la posibilidad de adoptar una actitud abstractiva que permita un contacto rico y productivo con la relidad circundante y del indivi-- duo consigo mismo.

En los pacientes con tumores frontales se presentan frecuentemente alteraciones del psiquismo. Entre ellas deben mencionarse la eufo-- ria, el hipererotismo, el egocentrismo, la irritabilidad, deficien- cias en la atención, merma de la memoria de fijación, desorienta --

ción espacial, pérdida de la autocrítica, pérdida de la iniciativa, disminución de la capacidad para llevar a cabo síntesis superiores, mengua de la actividad motora superior en todas sus manifestaciones, a veces con aumento de la actividad motora elemental y sin objeto. Pese a que se conocen estos hechos, no se puede precisar si los síntomas descritos son el resultado de la excitación, inhibición o disfunción de la actividad de las estructuras propias del lóbulo frontal. En otras palabras, se desconoce si los síntomas descritos se deben al incremento funcional (excitación), al decremento de la función (inhibición) o al desorden cualitativo o de regulación de la misma (disfunción). Tampoco es posible asegurar si la sintomatología es debida a excitación, morigeración, inhibición, liberación o deformación del funcionamiento de otras estructuras que funcionan integradamente con las del lóbulo frontal.Tódo esto hace que sólo sea científicamente permisible afirmar que en el sujeto normal los lóbulos frontales juegan un papel en las funciones psíquicas que, alteradas, aparecen como síntomas de patología del lóbulo frontal.

CAPITULO III

SENSACION Y PERCEPCION

1.- Definición de sensación y percepción

Se puede definir la sensación como el correlato, más o menos consciente, de un estímulo que se presenta, que actúa o que se manifiesta, a través de una reacción pisofisiológica.
La percepción es un fenómeno complejo, generalmente intencional, constituído por la integración de ideas, recuerdos, datos sensoriales y motivaciones, por medio de las cuales el sujeto se forma una noción del mundo. Debe aclararse que pueden percibirse ciertos hechos que acontecen en el mundo exterior y otros que tienen lugar en nuestro propio cuerpo. En este caso el cuerpo viene a ser parte del mundo exterior, pues es considerado como objeto.

2.- Sensaciones sensitivas y sensoriales

Las sensaciones pueden dividirse en : sensitivas y sensoriales. Las sensaciones sensitivas son vagas, difusas y corresponden a las reacciones de órganos de sentidos generalmente poco diferenciados y di-

fusamente dispuestos en el cuerpo. Entre las sensaciones de tipo sensitivo, se cuentan la sensibilidad superficial y la sensibilidad profunda. La sensibilidad superficial comprende fundamentalmente el tacto, que informa también acerca de la temperatura del frío, calor y dolor. La sensibilidad profunda engloba, entre otras, la sensibilidad a la presión, a la vibración, la sensibilidad muscular, la sensibilidad articular y la sensibilidad visceral. En muchos casos, la sensibilidad visceral corresponde a la sensibilidad dolorosa superficial o como sensibilidad dolorosa profunda. Por ejemplo, durante la contracción dolorosa de una víscera.
Las sensaciones sensoriales, contrariamente a las sensaciones sensitivas, son más precisas, claras y limitadas. Aquellas corresponden a las impresiones de sentidos organizados, generalmente más complicados, más evolucionados y más precisamente localizados, en una zona del organismo que los órganos de los sentidos correspondientes a sensaciones sensitivas. Por ello las sensaciones sensoriales son más concretas y precisas, tienen una localización menos difusa que los órganos correspondientes a las sensaciones sensoriales. Los órganos correspondientes a las sensaciones sensoriales están dispuestos en aparatos altamente especializados. Estos son el olfato, el gusto, la vista y el oído.
Hay además otros sentidos como el de orientación, el de movimiento, los correspondientes a las impresiones vitales, la cenestesia - esto es el sentido del propio cuerpo como bienestar, malestar, placidez, etc. -, Todos ellos son complejos, en el sentido que los datos aportados se constituyen por integración de los informes suministrados por varios órganos de los sentidos.Esto es, por diversos receptores sensitivos y sensoriales.

3.- Su grado de conciencia

El grado de consciencia que se tiene de las sensaciones varía en razón de diversos factores. Esto es importante porque el ser humano está en el mundo del cual recibe multitud de estímulos. Muchos de ellos pasan desapercibidos por el sujeto pero, en otros casos, quedan grabados en la consciencia. En este momento por ejemplo, pueden haber diferentes ruidos que no impresionan al lector, pero sí a otros individuos. El grado de conciencia de una sensación depende de la condición del receptor, de la intensidad del estímulo y de su novedad.

Según el sujeto esté prestando atención o esté distraído, el grado de conciencia de un estímulo ha de ser mayor o menor, suponiendo que todas las otras condiciones sean iguales. La intensidad del estímulo lógicamente guarda relación con el grado de conciencia de la sensación. Con el nombre de umbral de la sensación se conoce la mínima intensidad que ha de tener un estímulo para que la sensación se produzca. Si el estímulo es subliminal, por debajo del umbral, no llega a nuestra consciencia, y el grado de ésta será mayor, cuanto mayor sea la intensidad del estímulo. El grado de conciencia de una sensación depende también muy especialmente de la novedad del estímulo. Por ejemplo, muchos estímulos pasan delante del campo visual de alguien que está mirando por la ventanilla de un tren en marcha, sin que se produzca ningún cambio aparente en el observador puesto que su grado de consciencia es bajo. De pronto algo novedoso, algo inesperado - un rascacielo en medio de un descampado, o un área cultivada en el corazón de una ciudad - puede llamar la atención del viajero. En este caso, esos estímulos novedosos, se darán como sensaciones con elevado nivel de conciencia.

4.- Integración sensorial y sensorio afectiva

Es conveniente recalcar que las sensaciones no se dan aisladas sino integradas dentro de la vida mental. Los estímulos ponen en marcha mecanismos sensitivosensoriales que funcionan conjuntamente, tal como sucede en la vida real.

El hecho de que los sentidos se llamen así y el que algo sentido sea denominado muchas veces como sentimiento - por ejemplo : "tengo el sentimiento de un dolor" -, o que pacientes o personas poco diferenciadas empleen, indiscriminadamente, las palabras sentido y senti -- miento, pone en relieve la estrecha relación entre sentidos y afec-- tos. Las impresiones y sensaciones más elementales, llevan una mayor carga de afectividad que aquellas superiores. El olfato poe ejemplo, es un sentido elemental; cuando se huele algo, no puede evitarse el sentir placer o displacer ante lo olido; piénsese en cualquier olor e inmediatamente, incluso a su recuerdo, se acompañará de un correlato de agrado o desagrado: si es un olor de comida se pensará en "¡qué rico, qué agradable!"; si se trata de un olor excrementicio, el correlato inevitable será "¡qué porquería!". Sea como fuere, en todos los casos, la sensación viene siempre teñida por la afectivi-- dad. Lo mismo puede decirse de una sensación elemental como el dolor físico. Fenomenológicamente, el dolor no se da independiente del placer o displacer, o sea de una carga afectiva, que normalmente es de displacer, de desagrado. Al describir un dolor sentido, o al hacer un recuerdo de lo observado en un sujeto con dolor, siempre se tiene que describir, sea el correlato afectivo del dolor sentido o, como en el segundo caso, los rasgos de displacer o de desagrado que muestra el sujeto doliente.

5.- La función orientadora de los sentidos

La función de los sentidos en general es la de orientar al sujeto en el mundo, tanto exterior cuanto interior. Los sentidos, como la palabra lo indica, tienen pues "un sentido", tienen una razón de ser, no escapan al criterio teleológico esencial. Sin los sentidos el ser humano no podría moverse en el mundo. Las sensaciones correspondientes a los sentidos más diferenciados son justamente las de mayor utilidad para la orientación del sujeto. Los seres humanos construyen su noción del mundo, más gracias a las sensaciones o impresiones sensoriales elevadas - verbigracia de la vista y del oído -, que no merced a las más elementales o de las sensitivas. Consecuentemente, el poder actuar depende en mayor grado de los sentidos superiores, cuyos datos tienen más de constructivo y de representativo, que los correspondientes a las sensaciones más elementales. De éstas se dijo anteriormente que están más cargadas de afectividad y, por lo tanto, llevan en sí una mayor carga motora, una potencialidad motriz que las asocia estrechamente a las tendencias instintivas. Si alguien tiene un dolor, el sujeto lo siente como algo desagradable y suele agarrarse o apretarse el sitio que le duele. Si se trata de una sensación elemental de tipo olfatorio inmediatamente surge el componente motor, como aleteo si el olor es agradable; si se trata de una sensación olfatoria desagradable lo inmediato es desviar la cara o bien taparse la nariz. Este componente motor no es tan intenso ni manifiesto en las sensaciones o impresiones correspondientes a sentidos superiores.

6.- Tipos de sensaciones

Las sensaciones son globales. Esto quiere decir que el ser en su totalidad responde siempre a cualquier estímulo. Sin embargo, existe

una predominancia de ciertos aspectos en ciertos grupos de sensaciones. De ello se desprenden tres grupos de sensaciones.

6.1.- Las sensaciones vitales

Hay un grupo de sensaciones elementales que son de extremada importancia y corroboran lo que se viene afirmando. Se trata de las impresiones vitales : sensaciones de hambre, sed, hartazgo, deseo sexual, deseos de defecar, de orinar, de dormir, de acariciar, de moverse y de respirar. Ellas corresponden a tendencias instintivas pero, en tanto que apreciadas por el sujeto, se deben considerar como sensaciones. Las impresiones vitales pueden presentarse espontáneamente, pero no se dan forzosamente aisladas ni independientemente de las impresiones sensitivas o sensoriales que se han descrito. El deseo de comer puede nacer sin estímulo exterior o hacerse patente con la visión de un manjar apetitoso. Asimismo, el deseo sexual puede ser sentido espontáneamente o despertarse gracias a estímulos tactiles, visuales, etc., incluso fortuitos. La sensación de falta de aire con el correspondiente deseo de respirar, se hace presente sólo en determinadas condiciones y según ellas puede ser considerada como adecuada o no a las situaciones específicas. Las sensaciones vitales y su grado de conciencia dependen pues, parcialmente, de la situación exterior, de la relación del sujeto con el mundo, con los seres animados e inanimados, y de las condiciones de tensión interior del sujeto. Aquí debe considerarse algo generalmente poco conocido, a saber, la cenestesia. Se trata de una sensación que usualmente es, por así decirlo, la ausencia de datos conscientes, ya que la cenestesia es, como se dijo más arriba, la sensación de bienestar o malestar corporal que tiene el sujeto en relación con el estado de su propio cuerpo. En condiciones

normales el sujeto no tiene conciencia de dicho estado. Cuando se habla de cenestesia, no se trata del esquema corporal, (que considera al cuerpo como un objeto en relación con el mundo exterior) sino del propio cuerpo como origen del placer o displacer. En la cenestesia hay pues un componente afectivo mucho mayor que en el esquema corporal. Por lo demás, el origen de ambos es similar; se trata de la integración de datos correspondientes a diversos sentidos tales como el tacto, el equilibrio, sensaciones dolorosas, etc. Usualmente el sujeto sano no siente su propio cuerpo; para sentirlo tiene que efectuar un acto de atención voluntaria. Tratándose de anormalidades espontáneas de la cenestesia, las impresiones cenestésicas correspondientes son, generalmente, de displacer en relación con el malestar general que preludia o acompaña a la enfermedad. Las sensaciones cenestésicas placenteras pueden presentarse también como síntomas de determinadas enfermedades o como estados de euforia que, sin ser lo usual, pueden ser anormales.

6.2.- Sensaciones que acompañan a la emoción.

Un grupo de sensaciones, extremadamente importantes, son las que propiamente acompañan a las emociones y en sentido más alto a los afectos. La angustia, la cólera, el dolor y el miedo, son afectos, pero no sólo éstos sino cualquier estado afectivo, de agrado o desagrado, se acompaña de sensaciones corporales. Es difícil precisar si estas sensaciones corporales que acompañan a los afectos deben ser colocadas en el grupo de las sensaciones sensoriales o en el de las sensitivas. Por ejemplo, la angustia puede y suele acompañarse de sensaciones de palpitación, de vacío en la boca del estómago, de temblor interior, etc. Conjuntamente con la cólera puede presentarse

una sensación de vibración interior, un sentimiento de que la cara enrojece o, por el contrario, de que se queda exangue. Todas estas sensaciones están no solo estrechamente ligadas a los afectos, sino que son correlatos integrantes de la emo -- ción.

6.3.- Sensaciones constructivas o representativas.

Las sensaciones de tipo constructivo o representativo, son las correspondientes a los órganos de los sentidos más dife-- renciados, (vista y oído), las cuales aportan datos que son concretos, precisos y localizables. No es que se den aisladas de las anteriores pero sí tienen un significado que las dis-- tingue. Se sabe que un estímulo visual puede despertar una sensación vital y desencadenar una reacción elemental de tipo erótico; pero el papel y la importancia de la vista o del oído residen en que aportan los datos mediante los cuales el su jeto se forma una noción del mundo exterior. Es por ello que estas sensaciones se llaman constructivas o representativas, ya que ayudan a la construcción y a la representación del mun do exterior. Fundamentando lo dicho, se tiene que un ciego puede haber olido una naranja, una pera o cualquier otra fru- ta y no tener noción de qué es lo que ha olido. Solamente viéndola es posible conformarse la noción de algo como un ob- jeto, dentro del mundo que nos rodea.

El ser humano tiene una noción de espacio, conocida con el nombre de estereognosia. Se considera que la noción de espa-- cio nace a medida que el niño diferencia las sensaciones co-- rrespondientes a partes diferentes de su organismo. Desde el momento en que puede distinguir un pinchazo en un sitio, de un pinchazo en otro, tiene la noción de un espacio de dos di-

mensiones, esto es, bidimensional. Lo mismo sucede cuando el niño se chupa un dedo y le agrada, o se lo muerde y le duele y después se chupa y muerde otro. También así va formando el niño una noción de espacio bidimensional. La noción del espa-cio de tres dimensiones o espacio tridimensional, nace cuan-do a lo dicho se añaden una serie de datos correspondientes a la sensibilidad muscular, articular, a la quinestesia y muy particularmente a las diversas sensaciones musculares mo-tivadas por los movimientos conjugados de los ojos y por la noción de profundidad. En el terreno de las sensaciones de tipo constructivo, debe mencionarse que el individuo tiene una noción de su propio cuerpo denominada esquema corporal, que se forma por la integración de multiplicidad de datos sensoriales y sensitivos; entre ellos los aportados por la sensibilidad tactil, articular, muscular y de movimiento.Tam-bién, eventualmente, se añaden los correspondientes a la sen-sibilidad dolorosa y a la presión (como cuando al estar lar-go rato en una posición sentimos determinadas partes adolori-das) y a la sensibilidad visceral. Se llega a conocer así el espacio que ocupan el cuerpo y sus diferentes partes y es justamente la noción que, de su propio cuerpo y de la situa-ción de sus diversas partes, tiene todo ser humano, lo que se denomina el esquema corporal.

El otro órgano vital de los sentidos de tipo constructivo, representativo, es el oído, cuyas sensaciones implican una sucesión temporal de estímulos, o de falta de ellos. Esto significa que el oído está íntimamente vinculado a lo que su-cede en el tiempo (la vista guarda una mayor relación con lo que acontece en el espacio). El oído es el órgano de los sen-tidos que interviene en el origen de la noción del tiempo junto con la percepción y el recuerdo de los intervalos tem-

porales. El acontecer rítmico en el mundo exterior, por ejemplo la sucesión del día y la noche, así como los ritmos del propio cuerpo (latidos, respiración, defecación, etc.) y la sucesión de vivencias en el mundo interior, no son sólo percibidos sino recordados y la medida de estos hechos, junto con los datos proporcionados por el oído, conforman la noción del tiempo.

7.- El lenguaje hablado

El oído interviene como elemento fundamental en la constitución del lenguaje hablado. Ello es vital no sólo porque permiten el lenguaje hablado y el oído la comunicación sino también porque, ambos sirven para llegar a estructurar el mecanismo de mayor nivel en la vida mental, o sea la abstracción. Esta es posible gracias a la existencia del lenguaje. A su vez el lenguaje no es sino la asociación lógica de las palabras. De allí que el oído cobre capital importancia en la elaboración, mediante categorías lógicas, de los elementos concretos que constituyen la experiencia elemental, esto es, ingenua.
En la palabra hay que distinguir el aspecto captado por los sentidos y por otra parte, su valor, o sea lo significado. La lengua constituye un sistema de relaciones. El captar lo que es sincrónico constituye el estructuralismo. Por otro lado, la lengua es un sistema de valores constituídos por meras diferencias. Todo lenguaje es estructura. Toda estructura es un sistema. Todo sistema es : 1) antinatural (no se da como tal en la naturaleza). 2) Diacrítico, o sea que confiere poder de diferenciación. 3) Es articulado. 4) Es arbitrario. 5) Es autónomo. 6) Puede integrarse. 7) Tiene dependencia interna. 8) Usa infinitamente medios finitos.

8.- Características de la sensación y percepción

Diferentes aspectos de la sensación tales como la cualidad, la intensidad, el tono afectivo, el contenido representativo y la duración, han sido tratados indirectamente en los párrafos anteriores. Se infiere de todo ello que los informes de los sentidos no son objetos ni cuadros rígidos sino simplemente modificaciones fisicoquímicas del sistema nervioso, a las que las zonas de integración nerviosa superior - particularmente la corteza cerebral -, confieren las características de diseño, nitidez, así como corporeidad. Son sobre todo las sensaciones sensoriales, de los sentidos más elevados, las que cobran forma precisa, adquieren diseño determinado y se aprecian con nitidez y corporeidad en oposición a las de los sentidos más elementales, por ejemplo el tacto, cuyos datos quedan imprecisos, indeterminados, difusos y hasta confusos (por ejemplo hay casos en que no puede precisarse si el estímulo térmico ha sido frío o caliente).
Por la diferente corporeidad de los datos sensoriales, se entienden las diversas gradaciones relacionadas con el hecho de que ellos pueden simplemente experimentarse como pensados, pueden ser apreciados como representaciones o como verdaderas percepciones. La máxima corporeidad la tienen las percepciones, la mínima los pensamientos.
Las sensaciones, tanto sensitivas como sensoriales, se cargan de afectividad - lo que acontece, aparentemente en el tálamo - y pierden su objetividad, con lo cual se personalizan tornándose únicas e irrepetibles, El mundo percibido es, por ello, diferente de individuo en individuo : cada ser humano tiene su mundo y por ello su concepción de la realidad exterior.
Téngase presente que mientras la sensación se da como reacción a un estímulo que viene a actuar como excitante, la percepción en cambio se da, más bien, como una respuesta integrativa compleja en una situación, correspondiendo ambas a planos de integración diferente. No

puede negarse que los animales tienen sensaciones, pero es discutible si los animales perciben. Dos seres humanos pueden estar frente a un objeto y en uno de ellos puede haber una simple sensación, en cambio el otro percibirá el objeto.

9.- La noción de objeto. La noción del mundo exterior

La noción de objeto nace como resultado de la percepción y en su origen deben considerarse la movilidad del objeto en el mundo exterior, su relación con la experiencia pasada del sujeto, los procesos de abstracción que se efectúan en relación con el objeto, extrayéndolo, por así decirlo, del medio en que se encuentra y finalmente, el componente afectivo. En muchos casos y frente a determinadas experiencias, es el afecto lo que conduce a individualizar el objeto, y generalmente es su carga afectiva la primera en aparecer, de allí en la constitución de nuestra relación con lo que nos rodea.
La noción del mundo exterior se forma cuando el sujeto percibe objetos exteriores a él y considera que hay una realidad objetiva psicológicamente independiente del yo. Psicológicamente, el sujeto se mueve en un mundo exterior y esta noción de mundo exterior puede ser falsa o verdadera. Hay dos criterios que permiten asegurar la veracidad o falsedad de la noción del mundo exterior : en primer lugar, el consenso universal, esto es, en cierta forma, la unanimidad de todos los seres normales con relación a su percepción y, en segundo lugar, la coherencia que esta noción del mundo exterior mantiene con la experiencia. Todos aceptarán que aquí hay una hoja de papel y que esta hoja de papel tiene determinadas cualidades. Por la integración de los datos aportados por los sentidos en la percepción, puede el ser humano actuar en el mundo sin perecer.

CAPITULO IV

DIALECTICA DE LOS DIPOLOS

1.- Delimitación de conceptos

En el ser humano la polaridad existe de modo contínuo y simultáneo, conformando sistemas dialécticos, en los que los contrarios coexisten. Estos sistemas están en contínua movilidad interna y a su vez los integrantes de cada sistema pueden formar, simultáneamente, parte de otros sistemas incluso contradictorios. Esta es una concepción integrativa y dialéctica del ser humano que lo aprecia en su tremenda y perenne movilidad. Dialécticamente, la apreciación estática es enriquecida con el factor dinámico.

2.- Algunos dipolos fundamentales

Los dipolos a que se hace referencia en el numeral anterior son innúmeros. Aquí sólo se tratará de algunos, los más pertinentes y los que requieren aclaración inmediata para la mejor comprensión del conjunto integrado que es el ser humano.

2.1- Potencialidad - actualidad

El ser humano presenta en cualquier instante de su vida sólo una mínima parte, actualizada, de su potencialidad. Esto es válido para la totalidad del ser y, por consiguiente, se puede plantear abstractivamente, su validez tanto para la actualización de lo físico cuanto de lo psicológi-

co. Se sabe que ambos se dan siempre juntos, por consi --- guiente, es más simple hacer caso omiso de la abstracción y plantear que el ser humano actualiza sólo una mínima parte de sus potencialidades. Se ha visto cómo en el recién nacido hay multitud, infinidad, de situaciones potenciales. Una de las que más se ha enfatizado es la potencialidad social. Otra potencialidad no expresada en los primeros períodos del desarrollo es la potencialidad del pensamiento lógico. Los impulsos sexuales, particularmente los genitales, también son potenciales durante algunos meses. Estos son sólo algunos ejemplos para precisar el concepto de la condición de potencialidad en el desarrollo. A su vez éste prosigue durante toda la vida, con lo cual las potencialidades pueden manifestarse. Un ser humano actualiza en cada momento un mínimo de la totalidad de sus potencialidades.

2.2.- Posibilidad - realización

La existencia de una potencialidad no entraña, forsozamente, la posibilidad de que ella se actualice. Muchas personas tienen las potencialidades pero por razones, internas o externas, no es dada la posibilidad para que llegue a una realización de aquello cuya potencialidad tienen en sí. La diferencia entre los dipolos potencialidad - actualidad y posibilidad - realización se aclara con un ejemplo. Todo ser humano tiene la potencialidad de expresarse. Esta potencialidad puede actualizarse y de hecho se actualiza en cada momento. En muchos seres humanos no se da la posibilidad de que se expresen bien, sea por circunstancias externas o internas. La posibilidad en este caso está en relación con la libertad. La libertad puede estar coartada por

situaciones internas o externas. Aparte de las coartaciones de la libertad de origen externo (situaciones opresivas, dictaduras, condición de servilismo, etc.) existen las coartaciones internas,propias de cada cual, a la propia libertad. El individuo está tanto más alterado cuanto menos libertad tiene. La libertad aumenta las posibilidades de realización. En el caso del ejemplo, la libertad aumenta las posibilidades de expresión. La libertad también puede determinar que la persona no exprese si no lo desea, pero tiene la potencialidad y la posibilidad de hacerlo. Muchos de los mecanismos de defensa son justamente las corazas por las cuales el individuo no tiene la posibilidad de ex--presarse.

2.3-. Normal - anormal

Este dipolo es sumamente controvertido y controvertible. En cada ser humano coexisten aspectos considerados normales por unos y anormales por otros, con otros aspectos que pueden ser considerados anormales por unos y normales por o --tros. La razón es que los criterios de la normalidad no están definidamente establecidos. Se entiende que hay situa--ciones que pueden ser claramente consideradas como normales o anormales, pero hay muchas otras en las que la decisión es muy difícil y hasta imposible.

Normalidad y anormalidad pueden definirse como dos polos de un contínuo en cuyo centro se encuentran fenómenos o casos que son difíciles de considerar, sea como normales, sea como anormales. Para clasificar algo en uno de estos casos (normal o anormal), existen dos criterios fundamentales : el estadístico y el valorativo. El criterio estadístico se establece matemáticamente, considerando como normal aquello

que se desvía dentro de ciertos límites, sea por encima o por debajo del valor medio. Los límites superior e infe -- rior de normalidad, esto es el grado de desviación por encima o por debajo de la media que puede considerarse como normal, se establecen arbitrariamente y suelen aceptarse como normales aquellos valores entre los cuales puede agru parse el 60 al 80 % de los datos examinados. El criterio puramente estadístico es de extrema utilidad pero no exento de graves posibilidades de error ya que, por ejemplo, si se examina a una población de una zona donde la desnu-- trición es evidente, se deberían considerar como normales estadísticamente, determinados síntomas o signos de desnutrición. El criterio valorativo. para la distinción entre lo normal y lo anormal es puramente subjetivo, y en cierto modo variable de acuerdo con la cultura, la tradición, los prejuicios, etc. del investigador. Este subjetivismo constituye el principal defecto del criterio valorativo. Los factores determinantes para la clasificación son los jui-- cios respecto a si aquello que se quiere clasificar es bue no o malo, conveniente o inconveniente, favorable o desfavorable, ventajoso o perjudicial, etc. Tratándose de la clasificación de lo normal y lo anormal de la persona huma na, el criterio valorativo deberá tener en cuenta la uni-- dad psicobiológica del ser humano y la relación de éste con el medio en que vive.

2.4.- Salud - enfermedad

Lo mismo que se ha dicho en relación con el dipolo normal anormal vale para el dipolo salud - enfermedad. No existen criterios unívocos para los casos límites entre uno y otro estado. La subjetividad, los sentimientos vitales, pueden

ser el punto de referencia : si la persona se siente mal está enferma. Por otra parte, hay enfermedades en las que la persona afecta no se siente mal y la condición de enfermo o sano es declarada por segunda o tercera persona. Naturalmente que esto ofrece todos los matices y se presta a todo tipo de bromas : todos somos enfermos, son todos los que están fuera de los hospitales, todos ocultan sus enfermedades, los psiquiatras son más enfermos que sus pacientes, etc. Para los conceptos de salud y enfermedad no existe una definición que satisfaga ampliamente. La salud está en relación con el equilibrio, la adaptación y la homeostasis. Todos estos conceptos son dinámicos y ello mismo hace pensar en la posibilidad de un desequilibrio, de la desadaptación y de la pérdida de la homeostasis, condiciones que justamente se han considerado como definitorias de la condición de enfermedad.

La enfermedad en sentido clásico, es una condición que puede ser objeto de estudio científico natural, pues corresponde a un transtorno con una causa y con cambios orgánicos definidos. Actualmente, con criterio más moderno el concepto de enfermedad incluye condiciones en las que la causa, o sea la etiología, es imprecisa y los cambios orgánicos no son detectables (por lo menos con los actuales métodos de examen).

2.5.- Agresión-depresión

Se trata de un dipolo sumamente importante para la comprensión del ser humano. El término agresión, etimológicamente, es ir hacia adelante. Significa una búsqueda, un verter hacia afuera la propia energía. El niño que curiosamente hurga en la naturaleza, el macho que va de cacería en

busca de alimentos para su familia, la hembra que defiende su cría, están expresando, cada cual en su quehacer sano, una agresividad sana. La agresión es una forma de expresión. Es más, toda expresión lleva consigo una cierta dosis de agresión definida como se ha hecho en el párrafo anterior. El ser humano sano expresa su realidad interna, vierte al exterior sus presiones interior. En ese sentido todo ser humano es agresivo. La agresión entraña la condición de alerta y de autoafirmación de los propios límites y de la propia fuerza. La agresividad es autoconstructiva y no es heterodestructiva. Sirve para la estructuración de nuevas riquezas interiores sin el objetivo determinante y exclusivo de lastimar o de destruir la realidad externa.

La hostilidad en cambio es destructiva de todo aquello que encuentra a su paso. La hostilidad puede estar en función de la supervivencia, la defensa, el combate y ello para la consecución de alimentos, de bienes, de territorios, de pareja o de status. La hostilidad se expresa como odio destructivo cuyo origen puede buscarse en la traición, los celos y la humillación.

Toda actividad humana entraña una dosis de agresividad y, en la medida que se expresa la agresividad, se va disminuyendo la potencialidad destructiva y la violencia. La hostilidad aparece cuando se coarta el despliegue agresivo. La tensión va acumulándose en el interior del ser y en un momento determinado surge explosivamente bajo la forma de la violencia y de la furia destructivas.

En oposición a la agresión se encuentra la depresión. La depresión se acompaña de la posibilidad de dejarse impresionar. A su vez, en oposición a la agresión está la posibilidad de la expresión no auténtica en forma tal que lo que se pretende

es impresionar al otro sin expresarse genuinamente. En todos estos casos lo que se plantea es una inadecuada expresión y un inadecuado modo de verter la agresividad.

2.6.- Sociosis-psicosis

En todo desbalance psicológico se altera la relación del hombre con su mundo. También en esos casos se altera siempre la conducta, la existencia misma. En el origen y expresión de los desbalances emocionales pueden primar los aspectos internos, privativos de la persona, bioquímicos, hondamente anclados en el venero de la realidad orgánica del individuo y que le producen modificaciones que lo alejan de la realidad. Los cuadros que tienen esas características reciben el nombre de psicosis. Las psicosis, en las que según el consenso universal el individuo está ajeno a la realidad (está alienado) se pueden presentar por diferentes causas. Como ejemplo se citará aquí la psicosis determinada por la intoxicación con cualquier droga (alcohol, marihuana). Los cuadros de intoxicación por esas drogas son psicosis que tienen una duración variable de acuerdo con el efecto de la droga.
En otros desórdenes emocionales el énfasis, tanto en la causa cuanto en la sintomatología, está en el transtorno de la relación del individuo con su medio. En estos casos se trata de la sociosis. Este término no es muy utilizado todavía pero aclara una serie de aspectos que permiten enfocar un gran grupo de condiciones que van desde las aceptadas como normales, hasta las francamente anormales pasando por las limítrofes. La situación de sociosis puede plantearse porque el individuo no se expresa o se expresa en demasía, porque no es agresivo o es agresivo en demasía, porque se preo

cupa en exceso o porque se despreocupa en exceso, porque se angustia demasiado o porque no se angustia en lo más mínimo. El conjunto de los primeros términos de cada uno de los bipolos que se han mencionado en las líneas anteriores constituyen algunos de los aspectos saltantes de un grupo de sociosis conocidas con el nombre de neurosis. El conjunto de los términos que ocupa la segunda parte de los bipolos anteriores constituye parte importante de un grupo de desórdenes emocionales conocidos como psicopatías.

Como puede ya pensarse, se dan diversas gradaciones que van desde la condición considerada como "normal" o de "salud", hasta la condición anómala declarada, franca, ostensible en todo sentido. Estas gradaciones, como se dijo más arriba, corresponden a los rasgos, el carácter anómalo, la personalidad anómala o el cuadro sociógico o psicótico francos, abiertos, ostensibles, declarados, fácilmente diagnosticables. Por otra parte, todos estos elementos, que van desde los rasgos hasta el desorden florido, pueden entremezclarse tanto para la condición psicótica como para las condiciones neuróticas y psicopáticas.

Tratándose de los aspectos psicológicos, ellos pueden presentarse como rasgos más o menos imprecisos y que solamente son reconocibles por personas con intuición o con conocimiento. En otros casos, las características psicológicas son más marcadas y forman ya un elemento distintivo del carácter individual, que es la forma como cada cual va expresándose en el mundo. Un paso más es cuando las características personales, de cualquier índole que ellas sean, sean normales o anormales, sanas o enfermizas, forman ya parte del modo de ser, de la personalidad. En estos casos las características personales son claramente apreciables por cualquiera. En su forma más definida las características personales pueden constituir una enfermedad. Estas características incluso pueden ser de índole tal que son normales cuando se presentan como rasgos del carácter y son francamente anormales o patológicas cuando son más marcadas o persistentes.

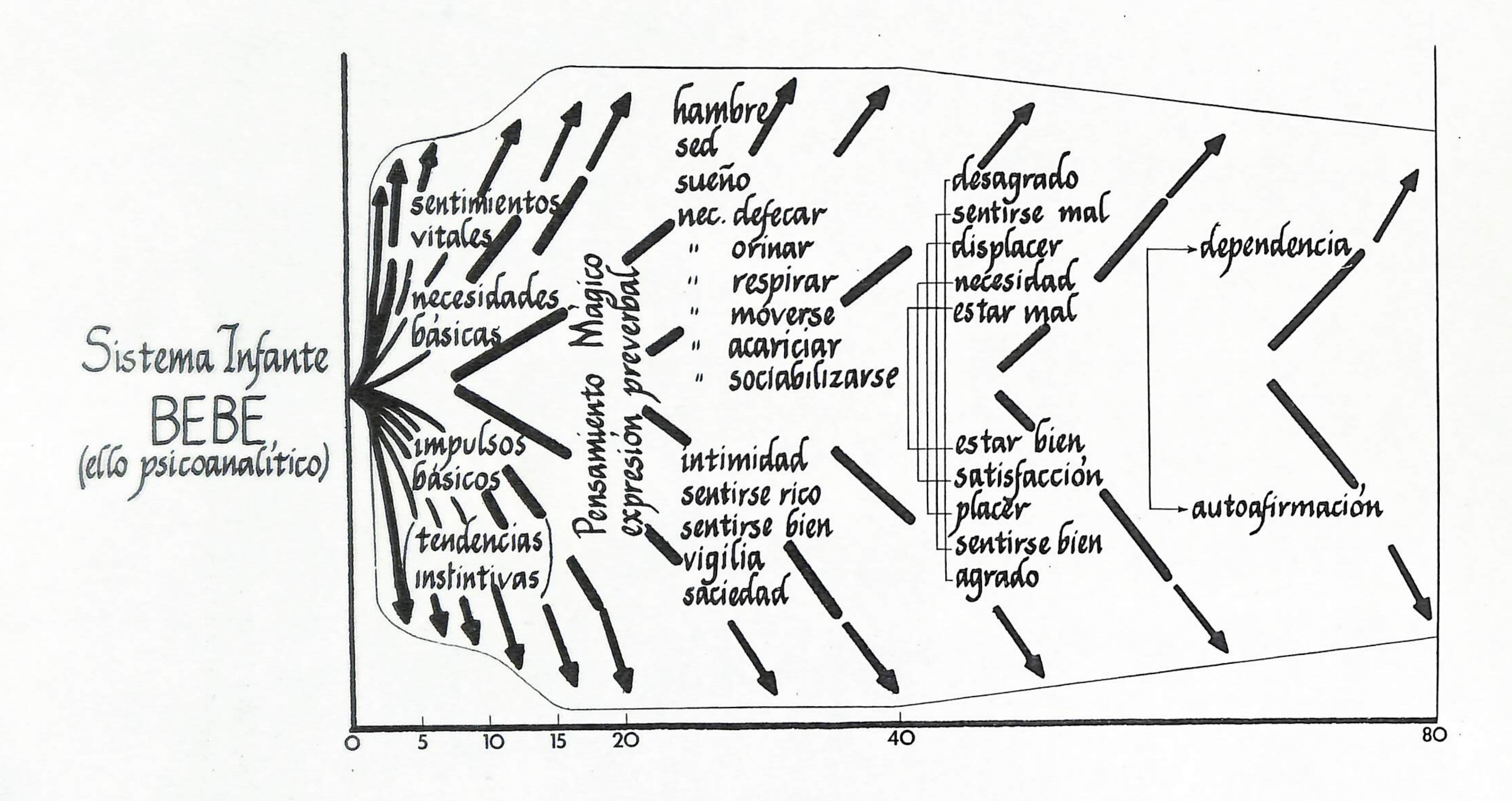
CAPITULO V

ESTRUCTURA DIALECTICA DEL SER HUMANO

1.- Delimitación de conceptos

Estructura es un conjunto de elementos vinculados de modo variable en integraciones al infinito. En la estructura cabe la coexistencia de contrarios. Los integrantes de la estructura llamada ser humano se vinculan de algunos modos que, sin que se den en la realidad como tales, son reconocibles en un esfuerzo de abstracción. Estos modos constituyen sistemas que tienen una cierta fijeza y pueden diferenciarse unos de otros por sus orígenes, evolución, manifestaciones y formas de interacción. Según el enfoque que se tenga pueden apreciarse diversos tipos y conjuntos de sistemas. Aquí se van a considerar el aspecto fundamentalmente evolutivo y el funcionalmente constitutivo. Evolutivamente, desde que el ser humano nace hasta que muere, lleva en sí un sistema infantil, uno pueril, un sistema adolescente, uno adulto y un sistema anciano. Estos sistemas pueden denominarse instancias las que, para facilitar la exposición se denominarán el bebé, el niño, el adolescente, el adulto y el anciano. Desde un punto de vista constitutivo hay que considerar los estratos consciente, preconsciente y subconsciente.

Figura V. 1



Esquematización del sistema infante del ser humano

La estructura global del ser humano constituye el yo, el yo soy, el yo mismo, con todo lo que conlleva de mí, mí mismo, mi realidad, interna y externa. La noción que cada cual tiene de su propio ser es su identidad consciente.

2.- Instancias evolutivas

2.1.- El bebé y el afán de satisfacción

Desde el nacimiento hasta la muerte en el ser humano, colmado de fuerzas y potencialidades internas, el sistema bebé busca su expresión, a veces agresiva siempre constructiva, que se va conformando con los aportes de los sentidos, lo que algunos han llamado el precepto, pleno de necesidades, de sentimientos y de impulsos básicos (Figura Nº V.1.)

El bebé busca la satisfacción de sus necesidades básica y la expresión de sus sentimientos básicos merced a sus impulsos básicos. El conjunto de necesidades, sentimientos e impulsos básicos constituyen las tendencias instintivas que son los instintos tal como se dan. En la realidad los instintos, en el hombre, no se dan en su pureza original sino modificados en el proceso del desarrollo, por acción de los factores internos y externos. Las necesidades básicas se expresan bajo la forma de sentimientos vitales básicos que si son muy intensos hacen que el bebé se sienta mal, esté mal por efecto de la presión de sus propias necesidades. Las necesidades básicas son : el hambre, la sed, el sueño, las ganas de respirar, la autoconservación, las ganas de amar y ser amado, el deseo sexual, la necesidad de conocer, la de crear, la necesidad de moverse, la autoafirmación. (Ver Tab. V.1)

Estas necesidades básicas producen satisfacción, gusto, al quedar satisfechas y en el ser surge un sentimiento de bienestar y seguridad. Producen disgusto si quedan insatisfechas. Dan origen a enojo, fastidio, cuando son inadecuadamente satisfechas, y producen

inseguridad cuando no son colmadas pese a que existen, aparentemente, todas las posibilidades materiales para satisfacerlas. Además de las necesidades básicas y sentimientos vitales específicos como el hambre, la sed, el sueño, etc., existen una serie de sentimientos vitales básicos inespecíficos, o sea no ligados forzosamente a ninguna de las necesidades básicas antedichas. Estos sentimientos vitales básicos son el miedo, la angustia y los demás que se indican debajo de la raya horizontal en la primera columna de la Tabla V.1.

TABLA V.1

SENTIMIENTOS Y NECESIDADES QUE CON LOS IMPULSOS BASICOS FORMAN LAS TENDENCIAS INSTINTIVAS

TENDENCIAS INSTINTIVAS	
NECESIDADES BASICAS Y SENTIMIENTOS VITALES	IMPULSOS BASICOS
Hambre	Comer
Sed	Beber
Sueño	Dormir
Defecar	Defecar
Orinar	Orinar
Respirar	Respirar
Autoconservación	Defenderse
Amar-ser amado	Dar-recibir-comunicarse
Deseo sexual	Copular
Dolor-malestar	Gritar-interrupción
Placer-bienestar	Sonreir-continuación
Conocer	Conocer
Crear	Trabajar
Moverse	Moverse
Autoafirmarse	Autoafirmarse
Socialización	Acariciar
Alegría	Reirse
Seguridad	Permanencia
Cambio	Interrupción
Displacer-malestar	Insatisfacción-agresión
Pesar-compasión	Llanto-condolencia
Heterodestrucción	Violentarse
Cólera-furor	Ataque-destrucción
Temor-miedo	Temblor-retirada
Angustia	Sobrecogimiento
Terror-pánico	Fuga-estampida

Los sentimientos vitales son los afectos básicos que confieren el tono de placer o displacer a la situación. Del sentimiento repetitivo de alguna necesidad surge la obsesión. El sentimiento repetitivo de un afecto de tono desagradable, con miedo, angustia o rechazo, constituye el núcleo de las fobias. El comer, el beber, el dormir, el defenderse, el copular y los demás términos o estados, en la segunda columna de la adjunta tabla, son impulsos básicos que aportan el componente motor a las necesidades básicas y a los sentimientos vitales, presentados en la primera columna de dicha tabla. Del impulso repetitivo surge la compulsión. Aunque la correspondencia no es claramente delimitada, es claramente apreciable que a cada sentimiento básico le corresponde un impulso básico con el que conforma una tendencia instintiva. Puede equipararse el bebé al ello psicoanalítico. Constituye el sistema que incluye las fuerzas o pulsiones básicas. Ellas buscan su expresión y satisfacción, constituyen lo que en psicodinámica se conoce como energía libidinal o, más escuetamente, libido.

A la necesidad intensa, insatisfecha, le corresponde un sentimiento vital básico de estar mal, de malestar. La necesidad satisfecha conlleva un sentimiento de estar bien, de bienestar. El bebé se siente bien, siente placer, cuando ha satisfecho su sed, ha dormido, ha defecado, lo han acariciado y así sucesivamente. Por lo general el bebé espera recibir caricias si se siente bien y ello entraña una autoafirmación.

Por otra parte, si hay una necesidad el bebé eventualmente se siente mal y, por consiguiente, ello es de hecho sentido como un castigo, como una agresión.

Mientras el ser humano es pequeño, todas estas necesidades y sentimientos básicos, requieren de la existencia de otro ser que posibilita la satisfacción de las necesidades y la expresión de los sentimientos. Esta persona o ser es el genitor. La personalización del genitor es, en los casos usuales, la madre y el padre, pero

puede ser quienquiera que actúe de tales. El genitor no es pues un símbolo conformado por un solo ser sino por la conjunción u oposición o, mejor aún, por la integración de datos sensoriales correspondientes a personas diferentes.

Los sentimientos, necesidades e impulsos básicos mencionados, corresponden a las tendencias instintivas que usualmente se aglutinan dentro de los conceptos, desdiferenciados de instinto de conservación del individuo, de conservación de la especie, de sociabilización o instintos gregarios y los de naturaleza o índole superior. Estos últimos suelen ser negados por muchos científicos y reafirmados por quienes llegan al conocimiento del hombre a través de las letras y de la teología. De lo que se trata poco hasta la actualidad es de la existencia, simultánea con lo anterior, de justamente las tendencias contrarias a las mencionadas. Así es como, conjuntamente con la gama de sentimientos, necesidades e impulsos básicos planteados, se estructura simultáneamente la gama de los sentimientos, necesidades e impulsos básicos contrarios.

En puridad resulta de que cada sentimiento, necesidad o impulso, cada tendencia instintiva, cada instinto lleva consigo una doble polaridad que conforma su estructura.

Ante el hambre - sea que se la vea como necesidad, como sentimiento vital o como impulso básico - está el rechazo de alimento. Ante la sed el rechazo de bebida (el bebé que rechaza la teta); ante el sueño el deseo de no dormirse; ante el de orinar, el de retener la orina; ante el amar el rechazo a ser amado; ante el movimiento está el propósito de inmovilidad y ante el de creación está el de destrucción. En igual forma se sigue para todas las tendencias instintivas, tal como puede apreciarse en la Tabla V.2.

TABLA V.2

POLARIDAD DE LAS TENDENCIAS INSTINTIVAS

ingestión	ayuno
excreción	retención
sueño	vigilia
autoconservación	autodestrucción
socialización	anacoretismo
orgasmo	abstinencia
creación	destrucción
autoafirmación	autonegación

Esto quiere decir que, a su vez, a las tendencias de conservación del individuo, se contraponen las de destrucción del individuo. Ante las tendencias de conservación de la especie, están las de destrucción de la especie o de genocidio - muy expresadas en ciertas situaciones históricas tales como durante el nazismo -. Ante las tendencias instintivas sociales están las de aislamiento o anacoresis (tomando la palabra anacoreta en el sentido original de anacoresis : retirarse no en el sentido de dedicación a la contemplación de Dios o a la meditación de las cosas divinas). En contraposición a las tendencias de autoafirmación están las tendencias de autonegación.

En el ser, la gama de tendencias es de doble polaridad. De ellas por lo general, sólo se estudian, mencionan y conocen las que ocupan la mitad del espectro. De modo dialéctico tiene que aceptarse que en el ser humano coexisten las posibilidades de enojarse conjuntamente con las de angustiarse, y la posibilidad de balance de todo ello en el gusto por la vida y por las cosas. Asimismo, en todo ser humano, se dan las potencialidades de violencia y agresión como contraparte de las de ternura y caricia, con el balance en el sentimiento de paz interior y exterior. Y es muy cierto que quien no puede agredir no puede amar. El balance angustia-enojo, el de

ternura-violencia está entrañado en todas las instancias psíquicas. El dipolo agresión-protección corre paralelo con el dipolo odio-amor. A su vez, este fluir constituye el fundamento de otros aspectos de la conducta como son la defensa y el ataque. Estos son la contraparte de lo que usualmente se entiende por recibir y dar en la protección y en el amor. El rechazo, en un proceso defensivo o en un ataque - condiciones éstas de tipo bélico-agresivo-destructivo -, tiene su contraparte en la aceptación que entrañan el recibir y el dar en los sentimientos amorosos-agresivos-constructivos. Contra esta luz del amor puede verse que el pillaje, el expolio, el quitar y, como se dice actualmente, "el quitarse" son situaciones internas o expresiones externas que corresponden a un contexto agresivo-defensivo.

Lo importante es que contínuamente se plantea la represión y el anonadamiento, o sea la anulación, de justamente todos estos impulsos claramente agresivos, de odio, de enojo, ira, violencia y se favorece la tenencia o expresión de los sentimientos no claramente agresivos de protección, de amor y, por consiguiente, de la angustia, de la depresión y hasta del aguantar la derrota. En la actualidad la salud mental es, justamente y antes que nada, la búsqueda de un equilibrio entre tendencias tan opuestas y expresiones tan contradictorias. El total rechazo o la plena aceptación excluyente de los unos o de las otras es lo que constituye la alienación. El alejamiento del hombre del mundo, de la realidad.

La tendencia instíntiva de autoafirmación no se da aislada sino que se expresa a través de la conducta misma. Cada necesidad al ser satisfecha contribuye a la afirmación en la medida en que la satisfacción es auténtica. La autoafirmación puede buscarse a través del logro de poder o de fuerza, de allí que la diosa Fortuna sea la raíz de las acepciones fortuna como suerte y como dinero. La creación en todas sus formas puede ser un modo cómo el ser humano busca y logra la autoafirmación.

Existe una gama de impulsos que surgen y/o se derivan de las tendencias instintivas, que se pueden apreciar en la Tabla V.3., cada uno de los cuales entraña una polaridad o sea un impulso y su antiimpulso.

TABLA V.3.

IMPULSOS POLARES EN EL SER HUMANO

vivir	morir
sufrir	gozar
nomadismo	sedentarismo
cambio	permanencia
flexibilidad	rigidez
creación	destrucción
procrear	matar
identidad	alienación
comunicación	aislamiento
expresión	impresión
explosión	implosión

Las tendencias instintivas de creatividad y destructividad suelen equipararse con los impulsos de vida y muerte. Se ve aquí ya el germen de situaciones de conflicto. Sufrir o gozar pueden ser por satisfacción de impulsos o por solución de conflicto. La destrucción puede causar placer, incluso si es destrucción de una vida o de un juguete. En otros casos, la satisfacción puede estar más bien en la creación de una amistad o de una relación entre el ser y el juguete. Este último puede ser un objeto, un ser animal o un ser humano.

En el bebé se generan los impulsos de autoafirmación y autodestrucción. En ellos se encuentran el germen del autoapoyo, de la autonomía, de la autoestima y de la autosatisfacción. La conducta del bebé es un juego expresivo cuyo objetivo es sufrir poco y gozar mucho. Los sentimientos básicos que se contraponen en el bebé en función con la relación humana, del individuo consigo mismo y del in-

dividuo con los demás, son el amor y el miedo. El bebé siente, en relación con los seres y objetos que concurren en su circunstancia, sea amor como afán de cercanía y contacto, sea miedo como sentimiento de deseo de que el ser no se acerque. Estos mismos sentimientos básicos de amor y miedo pueden estar referidos a la circunstancia misma de la vida y de la muerte de cada cual. En este sentido puede, haber amor o miedo a la vida y amor o miedo a la muerte. Estas condiciones pueden ser conscientes o busconscientes, claras o imprecisas. Lo cierto es que se dan contínuamente, originando la posibilidad de la toma de posiciones aparentemente contradictorias en el mismo individuo, particularmente cuando empieza a tener la libertad para adoptar decisiones.

El miedo surge como sentimiento frente a algo concreto y amenazador, tal como que el otro es malo o que el otro no es bueno. La angustia es un sentimiento impersonal y más extendido e indefinido que el miedo. La angustia se origina frente a lo abstracto, incluso frente a lo indefinido de sí mismo, sin que pueda precisarse en qué ni dónde está lo amenazador. En la angustia se plantea que lo otro es malo o lo otro no es bueno. El terror es un sentimiento básico, que invalida todo otro sentimiento, donde el objeto causal del miedo original ha perdido proporciones y se expresa sólo el impulso de retirada, sin fundamento, y/o sin otra posibilidad expresiva hasta que el terror haya cedido.

La forma de expresión de la instancia bebé es, sobre todo, de tipo preverbal. Esta es la forma más importante para la expresión genuina. Consiste en la utilización predominante de movimientos y de sonidos inarticulados, así como de quietudes y silencios.

Entre los movimientos expresivos están la mímica, las muecas, los gestos. Entre los sonidos están los gritos, los gemidos, gorjeos, chasquidos, balidos, bufidos, chillidos, gruñidos, Las quietudes más importantes son las actitudes y el sobrecogimiento. Los silencios son elocuentes y varían según la situación. Las formas preverbales

de expresión más conocidas son la risa y el llanto, con sus variables de carcajadas y sollozos. El suspiro, el arrullo son otras formas de expresión preverbal. Todas ellas constituyen formas expresivas mixtas que constan de movimientos y ruidos no articulados. Lo común a todas estas formas de expresión es que están intensamente cargadas de sentimientos básicos que lo mismo pueden ser de amor que de rechazo, caricias o castigo. Al ser genuinas las expresiones preverbales son sintomáticas de la emoción que es el sentimiento con un gran componente fisiológico. Esto es justamente lo que sucede con las expresiones del bebé, que al serlo de sentimientos y sensaciones vitales, están muy arraigadas en la vida misma. El juego en el bebé es libre, activo, entraña una búsqueda, una investigación y requiere el uso continuado de la fantasía. Una forma de expresión de agresividad, no debidamente canalizada, es la burla que es constituyente inseparable de los juegos infantiles. En el bebé en muchas ocasiones la expresión agresiva toma la forma de venganza.

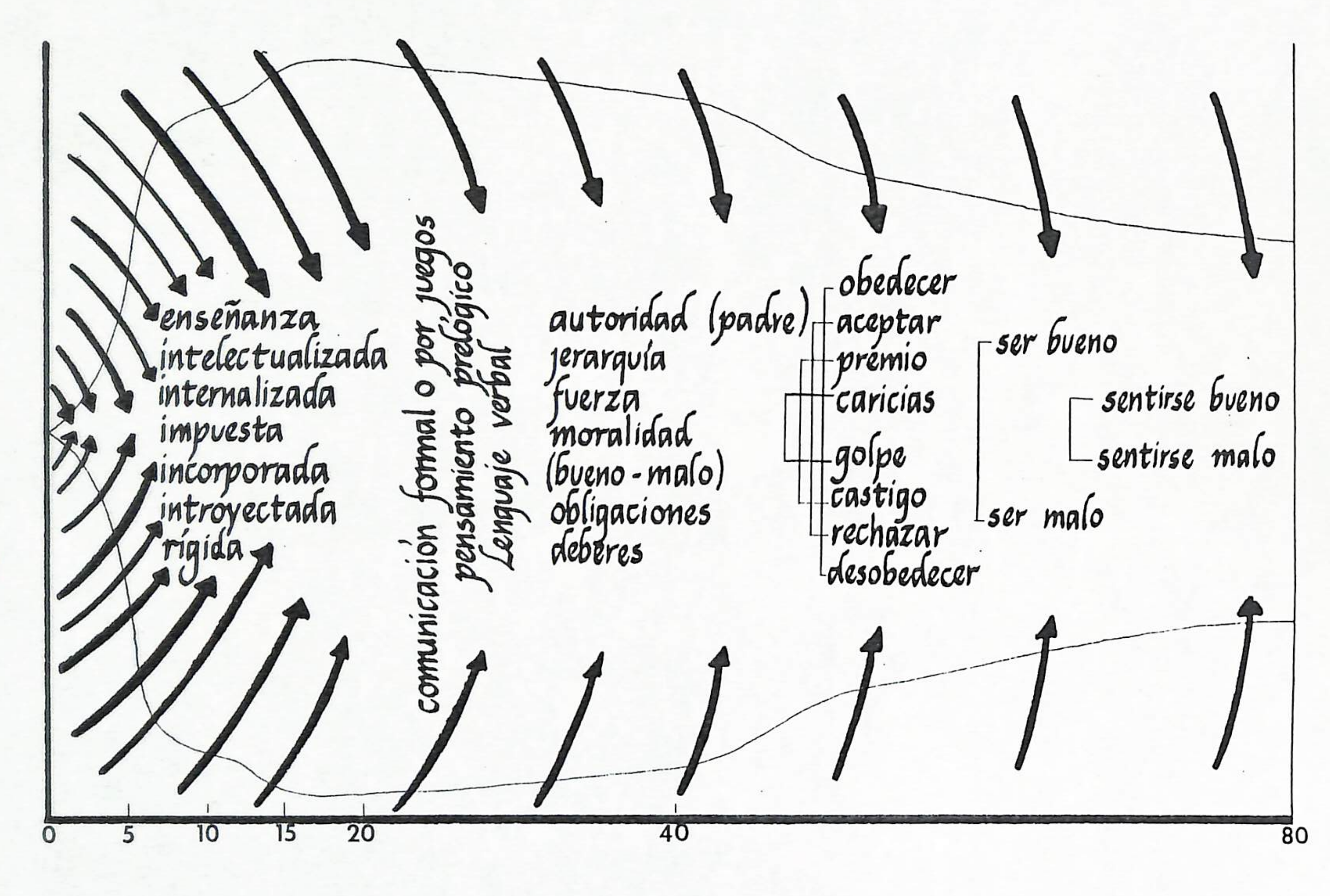
2.2.- El niño con la autoridad incorporada

Desde el nacimiento hasta la muerte se van incorporando al ser una serie de mandatos que vienen de fuera adentro, que corresponden a estímulos fundamentales de tipo intelectual, que se internalizan y se cargan de afectividad y llegan a formar parte integrante del ser humano. (Ver Tabla V.2.). El sistema "niño" constituye el equivalente al superyo analítico. Estos estímulos proceden de elementos, figuras y símbolos autoritarios que exigen obediencia. El "niño" tiene que aprender las obligaciones que estos seres van imponiendo y debe obedecer las órdenes que ellos le imparten. La obediencia y el aprendizaje corresponden al ser bueno y, consecuentemente, el "niño" recibe un premio. De lo contrario, si no aprende o no obedece, el "niño" es considerado malo y se le imponen castigos. En el curso de la vida para el ser humano "ser malo", es o de

biera ser, castigado y el "ser bueno" es, o debiera ser, premiado. Los elementos jerárquicos, autoritarios que imponen estas reglas se estructuran en torno a las figuras que detentan la autoridad. El peso de la autoridad suele estar dado por elementos del padre y de la madre o de cualquier persona de mayor jerarquía, que haya estado en torno al ser en los primeros años de su desarrollo. El "niño" que hay en cada uno de los seres humanos está prácticamente estructurado alrededor de los cinco años. En el sistema "niño" se incluyen la totalidad de los formalismos sociales, reglas morales, tablas de valores, principios, normas religiosas y todo aquello que parte de la cultura tradicional y que el ser humano introyecta a través de la educación impartida por la autoridad que el ser va incorporando. El "niño" utilizará esa misma autoridad incorporada para lograr ciertos objetivos tales como el control y manejo de sí mismo, de otras personas y de situaciones.
En el origen del sistema "niño" conviene diferenciar lo que es la incorporación de lo que es la introyección. En el caso de la incorporación el mensaje, que viene de fuera adentro, es enjuiciado y sopesado. Puede ser criticado y parcialmente rechazado por el sujeto antes de incorporarlo. Por introyecto se entiende todo aquel mensaje que le llega al ser, de fuera adentro con cierto peso de autoridad y que el receptor acoge e incorpora sin someterlo a mayor crítica racional o lógica. En el comienzo de la vida, los impulsos básicos no son discriminativos. El bebé incorpora, esto es integra consigo mismo, todo lo procedente del exterior. Se trata de una incorporación en la que el ser, el infante, no tiene alternativa. La forma más objetiva de esta incorporación es el mamado, condición en la cual el bebé tiene que chupar la teta que se le ofrece sea ésta de quien sea y así esté ella reemplazada por un biberón de cualquier material (actualmente de caucho natural o caucho sintético de las más diversas fórmulas). Asimismo, el infante interioriza los objetos no materiales tales como los mensajes. Es-

Figura V.2

Sistema
Pueril
NIÑO
(super yo
psicoanalítico)



Esquematización del sistema pueril del ser humano

tos vienen de fuera adentro con el peso de la novedad, de la asociación con situaciones agradables o desagradables, del significado que va tomando para el ser la relación entre objetos y mensajes Este sistema sigue funcionando hasta que el ser muere; pero entretanto se han ido planteando una serie de hechos que modifican la incorporación e interiorización indiscriminadas. Esto es el surgimiento de la libertad. Frente al ejercicio de la libertad se plantea, desde el nacimiento, el ejercicio de la autoridad externa que actúa, tanto para la dación de los objetos que van a incorporarse, cuanto para la emisión de los mensajes que van a interiorizarse. Es justamente la interiorización indiscriminada de los mensajes, aquello que se considera aquí como el introyecto. Para ello el mensaje debe ir cargado del peso de la jerarquía y, eventualmente, del peso del sentimiento positivo de quien lo emite. Premio y castigo se convierten en los elementos que acompañan a todo mensaje con la finalidad de que sea interiorizado aún a riesgo (muchas veces con el objetivo definido) de que sea "tragado", "engullido" por el receptor. Con el correr del tiempo se establece una relación muy directa entre los introyectos y la tabla de valores imperante en cada momento determinado para cada grupo social. Esto también es válido para cada subgrupo social. Dicho de otra manera, este tipo de introyectos corresponde a fórmulas válidas en cada cultura o subcultura, que permiten a la persona manejarse adecuadamente en ellas, recibiendo la aprobación de los otros integrantes de cada uno de estos grupos o subgrupos sociales. El mensaje introyectado puede ser de lo más variado. Aquí se citan tan sólo algunos de los más usuales : "los blancos son mejores que los cholos", "los cholos son los herederos de los dueños de este país", "el ario es mejor que el judío", "el judío es más valioso que el no judío", "mi religión es la mejor, las otras religiones son falsas", "por la patria hay que matar", "el más fuerte es el mejor", etc. Todos los asertos anteriores se introyectan como prejuicios. Por

lo general, ellos no son conscientes en el individuo. Este los ostenta y hace gala de ellos como si fueran verdades inconcusas. El ideal del "niño" es ser bueno y obediente. Lo rechazable del "niño" es que sea malo o desobediente. En esta merced el aspecto "niño" busca el heteroapoyo, la heteroafirmación, la heteroestima, la heterosatisfacción y la heteronomia. El "niño" que hay en nosotros vive en función del otro, de los otros. Es por ello que todos tienen que ser iguales y uniformarse. Todos tienen que sacrificarse y obedecer ciegamente. Todos tienen que seguir las reglas, los preceptos y las normas morales, religiosas, etc. Ese "todos" es lo que da la seguridad en el sentido de que si uno respeta las leyes, todos deben respetarlas y, por consiguiente, el real apoyo no se da en sí mismo como autoapoyo sino en el apoyo externo de todos los demás, o sea que es un heteroapoyo.

En la instancia "niño" existen múltiples dipolos tales como pereza-diligencia, gula-templanza, lujuria-castidad, ira-paciencia. El primer elemento del dipolo corresponde al ser malo. El segundo elemento corresponde al ser bueno. Todo ser integrado en la cultura occidental, todo miembro de la comunidad judeo-cristiana, está sujeto a la angustia y es una presa de la neuroticidad porque ha estado sometido a los patrones de tipo educativo entrañados en los planteamientos restrictivos de la educación surgida de los tabúes religiosos. El ejemplo típico es el de las normas impartidas a través del catecismo, la educación religiosa puritana y la educación religiosa judía tradicional. Todas ellas son restrictivas. A los católicos, junto con las primeras letras se les inculca que los enemigos del hombre son el mundo, el demonio y la carne, y que los pecados capitales son justamente los que corresponden a la satisfacción de las necesidades básicas. Todo esto es restrictivo, recorta la autenticidad y la posibilidad de expresión plena del ser. El resultado de esto es el miedo a la propia realidad. El miedo a sí mismo es desplazado a lo desconocido y se torna en angustia que

el individuo sólo podrá sobrepasar con la madurez. El proceso educativo restrictivo usual, fundamentado en el autoritarismo jerárquico, permite la incorporación de patrones autoritarios, dogmáticos, que deforman la realidad para ponerla a su servicio.
El individuo tiene en sí la tremenda contradicción determinada porque la realidad objetiva no concuerda con la realidad subjetiva y asentada en el dogmatismo como introyecto. El ser cuyo sistema "niño" ha introyectado la autoridad, o bien el adolescente sumiso, quedan sometidos a lo que Karen Horney llama "la tiranía de los debes" : "El debe ser la suma honestidad, generosidad, consideración justicia, dignidad, valentía, desinterés. El debe ser el perfecto amante, marido, maestro. El debe poder tolerarlo todo, debe gustar de todos, debe amar a sus padres, a su esposa, a su país; o no debe ligarse a nada o nadie, nada debe importarle; o nunca debe sentirse herido y debe conservar la serenidad y la tranquilidad. Debe disfrutar siempre de la vida o debe estar siempre por encima del placer y de la alegría. Debe ser espontáneo. Debe controlar sus sentimientos siempre. Debe saber entender y preverlo todo. Debe poder superar todas sus dificultades tan pronto se le presenten. Nunca debe cansarse o caer enfermo. Siempre debe poder encontrar empleo. Debe poder hacer en una hora cosas en las que normalmente se invierten dos o tres".
El premio y el castigo corresponden a planteamientos que han sido forjados por la autoridad. El concepto de premio y castigo deforma la teleología de los impulsos. El ser ya no los satisface por sí mismos sino con el objeto de ser premiado y no ser castigado. Si la persona es masoquista no satisfará sus impulsos para no recibir el castigo por faltas presuntas o reales. Tal es el sentido de la penitencia.
La conducta del "niño" es un juego cuyo objetivo último es ganar. Ganar a toda costa imponiendo su autoridad real o ficticia, adquirida o impuesta. El "niño" persiste en el ser humano hasta que mue

re. En el curso del desarrollo puede amenguar su importancia y lograrse que el autoritarismo arbitrario y dogmático, asentado en la fuerza, pierda momento y significación tanto en uno mismo como en la relación con los demás.

El sistema o instancia "niño" se caracteriza por la orientación encaminada a impresionar y establecer la comunicación mediante medios expresivos prelógicos, a niveles variables de dificultad, con lo cual siempre hay algunos que van quedando excluídos por desconocer los símbolos utilizados en los rituales de comunicación. El simbolismo se va complicando y sólo los jerarcas conocen el juego completo de símbolos. Se forma así una estructura de castas jerárquicas, en función de tener o no acceso a las fuentes del símbolo. Los rituales estructuran la utilización de los símbolos y hay ceremonias de iniciación y para el ascenso de categoría. El lenguaje simbólico, en sus formas oral y escrito, el arte primitivo, las religiones, los rituales, los formalismos sociales, las tradiciones culturales, el folklore, los juegos marciales, corresponden a modos de comunicación a nivel "niño". Todos ellos tienen en común el variar de cultura a cultura y, dentro de la misma cultura, de época en época. El otro carácter común a todos los símbolos y sistemas de comunicación del sistema "niño" es que utilizan y se fundamentan en el pensamiento primitivo, mágico. En otras palabras, no están normados por la lógica. Una tercera característica es que en todos los casos se establece una jerarquía arbitraria según la cual "esto es mejor que aquello", "mis costumbres son mejores que las tuyas", "mi religión es la única verdadera", "mi país tiene la razón", "la raza blanca es la mejor", etc.

2.3.- El adolescente atormentado

La adolescensia (del latino <u>adulescentia</u>, juventud) es no sólo una etapa del desarrollo humano, que sigue a la infancia sino que es también el proceso de crecimiento que va desde el nacimiento hasta

la muerte (del latino adolesco, adulesco, crecer, desarrollar).Durante toda la vida el ser crece entre otras razones por la existencia de las fuerzas originadas en las situaciones de conflicto entre el bebe, con su afán de gozo, y el niño, con la autoridad incorporada, que se han descrito en páginas anteriores. Este conflicto causa sufrimiento. El ser adolece por este conflicto (este sentido es el que se suele dar, erróneamente, a la palabra adolescencia). El proceso de la adolescencia es pues el crecimiento a través de unos conflictos que dolorosamente se van solucionando. El crecimiento es un conjunto de enfrentamientos cuya solución está en el proceso de maduración.

La instancia o aspecto adolescente de cada ser humano, se estructura o se plantea desde los primeros meses de la vida cuando el niño en muchas ocasiones es castigado por la satisfacción placentera de necesidades básicas, y por la expresión gratificante de sentimientos básicos. El niño educado debe reprimir unas y otras, en ese caso es considerado bueno y es premiado aunque se sienta mal.

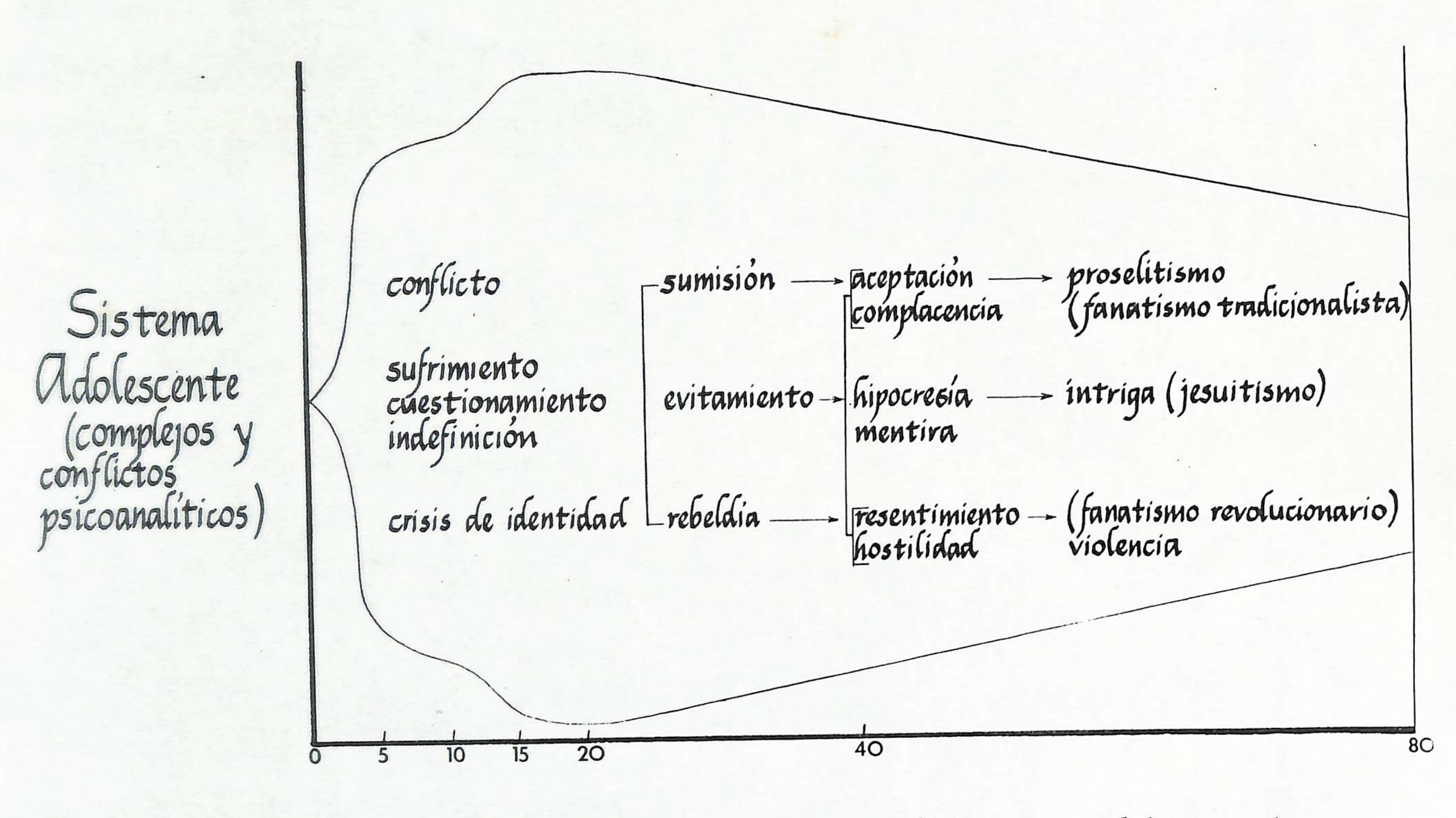
Naturalmente que en el curso del desarrollo los conflictos se van haciendo mayores, y ellos se incrementan enormemente entre los 10 y 15 años, o sea en las etapas prepuberal y puberal, puesto que comienzan a surgir todos los impulsos de tipo sexual cuya satisfacción, usualmente, es dificultada, reprimida y castigada por la sociedad (Ver Fig. V.3.)

Un aspecto del conflicto adolescente está en el binomio participación-competencia. Ambos impulsos corresponden a necesidades básicas surgidas, de los sentimientos sociales la primera y de la necesidad de autoafirmación la segunda. Desde el punto de vista del desarrollo, la cultura enfatiza en primer lugar todo lo que corresponde a la participación del ser en la vida ajena : "tienes que ayudar a los tuyos", "participa en las labores de la casa", "hay que ser colaborador en todos los casos", etc. El compañerismo y todo lo que es camaradería es enfatizado en el proceso educativo has

ta un momento en que el individuo empieza a recibir los mensajes contrarios : "la lucha por la vida es muy fuerte", "cada cual debe ver por lo suyo", "uno tiene que pensar primero en sí mismo y en los suyos", etc. Todos estos mensajes entrañan justamente una posición de competencia necesaria para el triunfo que, en el mundo occidental, está determinado en buena parte por el éxito económico. Y es justamente en el mundo económico donde la competencia es el aspecto predominante, y el que da la tónica a la relación interpersonal de tipo comercial. El ser humano va a estar siempre sometido a las presiones surgidas de este aspecto del conflicto adolescente.

El dipolo anterior, competencia-participación, se relaciona con el dipolo rebeldía-sumisión y a su vez con la actitud de desayuda-ayuda. El bebé no tiene propósito de ayuda (que significa colaboración), a menos que corresponda a la expresión de una real necesidad de socialización. De no ser así la actitud es más bien de total independencia, no de participación y hasta de desayuda, en la medida en que lo que no es ayuda es sentido como una agresión. Las expresiones de este conflicto se hacen patentes en el curso de toda la vida cuando puede apreciarse cómo un individuo es sumamente colaborador, participante, atento y pronto a ayudar en determinados momentos o situaciones y como, este mismo individuo, actúa de modo exactamente contrario en otras situaciones. Las autoridades o niveles jerárquicos (sean los padres, los jefes, los capataces, ets.) son particularmente sensibles a la expresión de esta situación de dipolo conflictivo. Se moviliza el sistema niño ante la autoridad en quien siente ese conflicto como algo agraviante y el adulto corrobora, con una apreciación muy lógica y realista, la realidad de la situación. El sujeto por ejemplo no participa ni colabora para nada en su casa y es sumamente participante y colaborador en casa de la enamorada. El obrero no realiza ningún esfuerzo dentro de la cuadrilla de trabajo y es un trabajador infatigable cuando rea-

Figura V.3



Esquematización del sistema adolescente del ser humano

liza un trabajo para su comunidad. Este tipo de conflictos se deja sentir en las relaciones laborales y en multitud de situaciones de nivel político.

Otro aspecto del sistema adolescente es el conflicto que surge entre el prejuicio o introyecto y el juicio o razonamiento. Este conflicto se plantea también entre el prejuicio o introyecto y las tendencias o impulsos sanos del ser. En cualquiera de los casos esta situación de conflicto puede ser más o menos sentida por el individuo, esto es, más o menos consciente o inconsciente. De todas maneras la solución de este conflicto puede ser, sea como el acatamiento de las normas o principios introyectados o como rebelión contra ellas. Esta última puede ser de una intensidad tal que,por sobrecompensación, determine prejuicios contrarios a los introyectos originales. El introyecto de :"tu religión es la mejor", puede convertirse en un rechazo total a esta religión y el abrazamiento tan intensamente prejuicioso de otra diferente y opuesta. Cuando el ser humano en el curso de su vida, particularmente en su primera infancia ha sido lesionado y recortado en su libertad, al ser atragantado tanto en el alimento físico cuanto en el alimento psicológico, sentirá su vejación como algo doloroso. Ese dolor suele ser reprimido por lo mismo que es intenso y penoso. Nadie quiere sentir pesar ni dolor. Para esos seres existe siempre la fórmula mágica que permitirá solucionar el dolor intenso que vienen reprimiendo. Esta fórmula está dada en justamente los prejuicios, de acuerdo con los cuales va a normar su vida.

A partir de los 18 años el conflicto adolescente disminuye, si bien algún tipo de conflicto persiste hasta la muerte del individuo ya que hay una serie de elementos introyectados incorporados que no suelen llegar a modificarse y que permanecen como parte de su personalidad. Las tres formas más usuales de la, si no solución cuando menos, vivencia del conflicto adolescente son la sumisión, la rebeldía y el evitamiento. En el primer caso se trata de que el

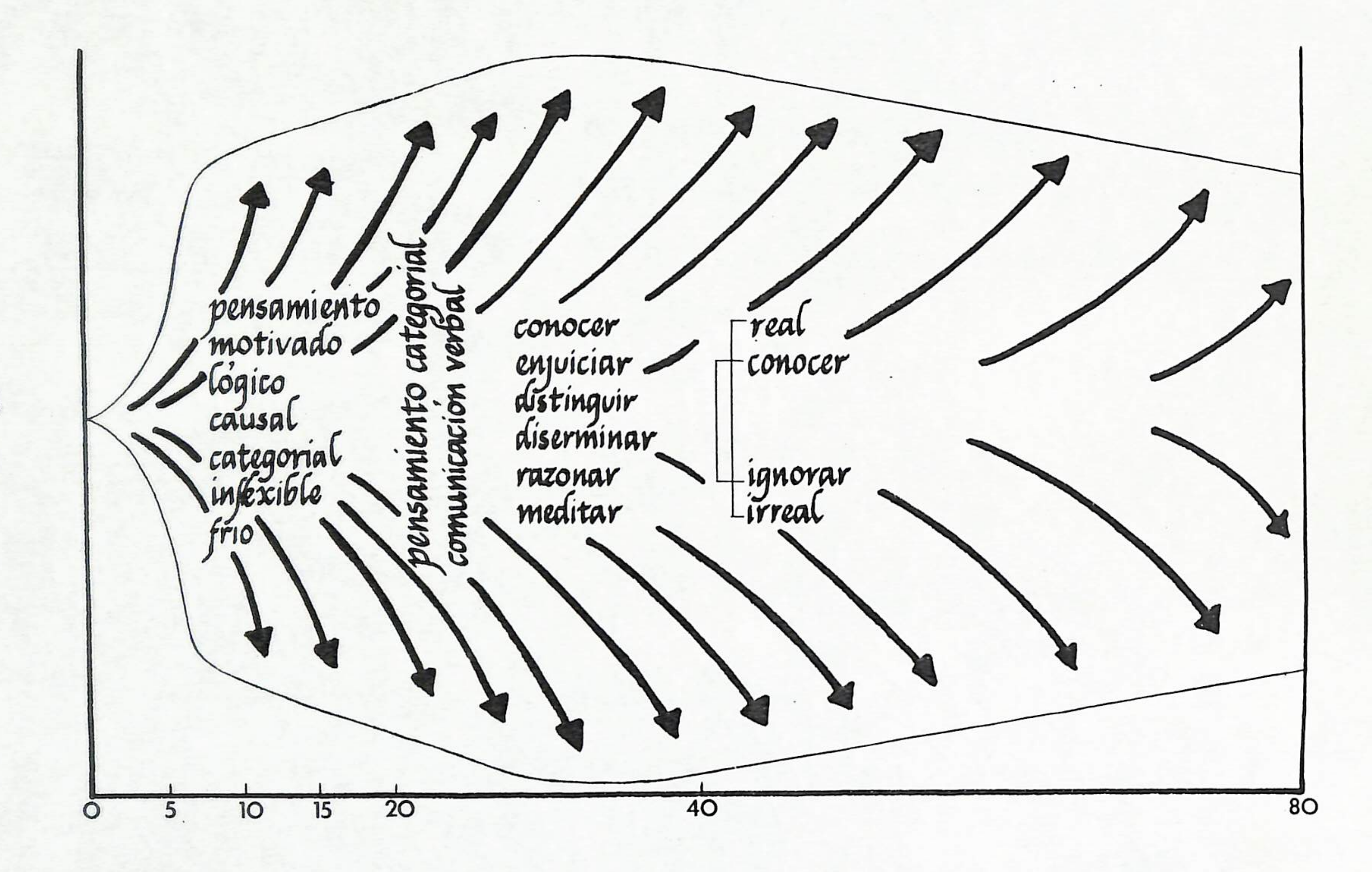
bebé se somete a los planteamientos de la autoridad y en ese caso el estado emocional consecuente es la depresión.
En el caso de la rebeldía, lo que se manifiesta son sentimientos de hostilidad con agresión y, eventualmente, violencia. El mecanismo es que en el individuo el bebé sobrecompensa, y lo que son necesidades de autoafirmación se transforman en sentimientos y expresiones de heterodestrucción.
Con frecuencia la solución del conflicto adolescente se pretende lograr mediante un mecanismo intermedio entre rebeldía y sumisión. Se trata del evitamiento mediante el cual el conflicto es parcialmente reprimido de modo limítrofe entre lo subconsciente y lo consciente. Así por ejemplo, si el área de conflicto es la relación con jóvenes del sexo opuesto, al utilizar mecanismos de evitamiento el adolescente no tratará de ello con sus padres o con las figuras simbólicas autoritarias. Preguntado el porqué no trata el asunto, el interrogado quedará sorprendido y responderá algo así como: "no ha habido ocasión", "yo estoy pronto para conversar pero, ¿con qué objeto si ellos no van a cambiar?".
Característica también de la posición adolescente es la arbitrariedad con que el mismo conflicto puede ser repentinamente manejado, en diferentes momentos y situaciones con cualquiera de los tres mecanismos mencionados. La actitud y conducta en estos casos se torna caprichosa, inesperada e inestable. El lenguaje del adolescente puede ser preverbal o verbal y más expresivo de estados propios que de la realidad exterior.

2.4.- El adulto razonador

Desde el nacimiento hasta la muerte cada ser humano lleva consigo la posibilidad de pensar libremente y de aprender sin presiones externas. En el curso de los dos o tres primeros años del desarrollo esta capacidad es potencial pues el pensamiento lógico no se ha manifestado. (Véase Fig. V.4.). Hasta ese momento sólo hay un modo

Figura V. 4

Sistema
ADULTO



Esquematización del sistema adulto del ser humano.

de pensar que es el pensar prelógico (o sea el que precede al pensamiento lógico). Este tipo de pensamiento no entraña una posibilidad de enjuiciamiento formal, sustentado en elementos lógicos. Al pensamiento prelógico se lo llama también pensamiento mágico. Es el que venía siendo utilizado por toda la humanidad hasta el tiempo de los griegos y que actualmente sigue siendo utilizado por pueblos más primitivos. En todos los seres humanos, incluso en los más desarrollados, el pensamiento mágico persiste en todos sus sistemas evolutivos.

En el curso de los años va apareciendo la posibilidad de un razonamiento normado por ciertas reglas consideradas como esenciales en el pensar. Estas reglas son las categorías. El pensamiento que utiliza categorías es el pensamiento categorial, y que luego se despliega como pensamiento lógico. Las categorías más conocidas son la de identidad y la de no contradicción. La categoría de identidad se enuncia con la aseveración : una cosa es idéntica a sí misma, o una cosa es lo que es. La categoría de no contradicción plantea que una cosa no puede ser y no ser a la vez. Las categorías van implícitas en cada una de las situaciones pensantes de cada uno de los seres humanos que viven en la civilización occidental.El pensamiento lógico se asienta sobre el pensamiento mágico. Este no desaparece jamás en el ser humano, y surge contínuamente durante todos los momentos de su vida. La instancia o sistema del adulto conlleva impulsos que van desde adentro hacia afuera, cuyo objeto es aprehender la realidad. Es un impulso cognoscitivo del pensamiento, con orientación técnica y con cierta carga de interés genuino por la búsqueda de la verdad. El objetivo del pensamiento adulto es diferenciar lo real de lo falso. Su logro es el saber desempeñarse debidamente, conociendo la diferencia entre una y otra posición. El adulto está en la posición de saber qué sabe y qué no sabe. Todo ello permite al individuo conformar una visión coherente de la realidad en que vive. Con estas perspectivas del a-

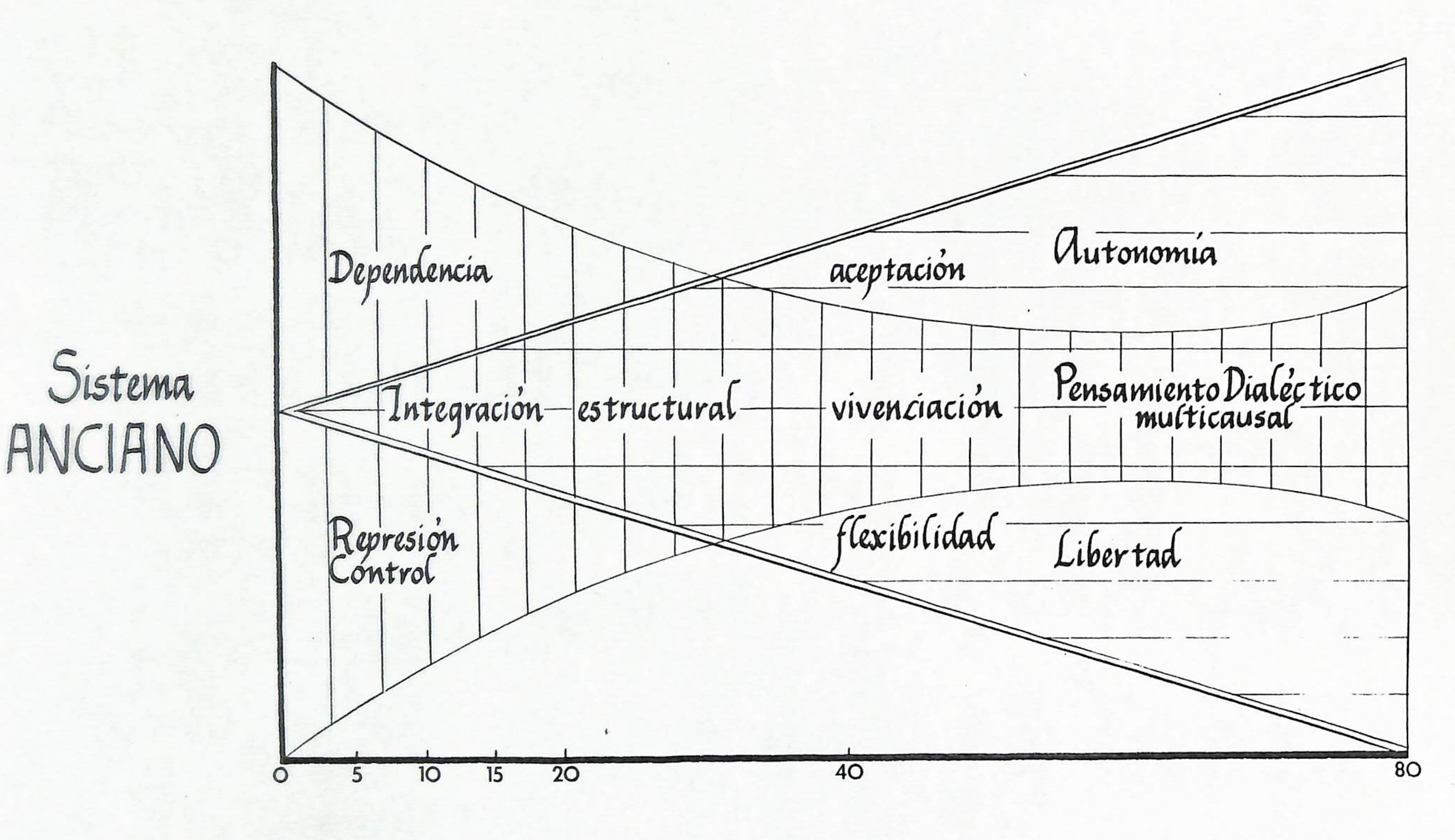
dulto es dable, dentro de ciertos límites, visualizar los conflictos adolescentes. En general, el adulto es aquella parte del ser que le permite analizar situaciones conflictivas. Ello no quiere decir que el adulto controla, ni mucho menos, la vida mental. Por otra parte, la posibilidad de conocimiento no modifica las situaciones emocionales propiamente tales y sólo favorece su deformación por racionalización. El conocimiento de un conflicto no soluciona el conflicto, ni disminuye la tensión y otros síntomas que el conflicto puede traer consigo pero, cuando menos, el conocer el conflicto es un buen comienzo para su solución y para promover la disminución de las situaciones emocionales que se originan en el conflicto y lo avivan. Para su expresión el adulto utiliza el lenguaje verbal pero se encuentra con que símbolos arbitrarios que son las palabras constituyen una barrera para el razonamiento lógico.

En el adulto el juego utiliza la lógica y, con frecuencia, se plantea como ironía o humor. Ambos llevan consigo una gran cantidad de agresividad.

2.5.- El anciano maduro

Desde que el ser humano nace hasta que muere lleva en sí las motivaciones para aprehender la realidad con ánimo comprensivo, flexible, de aceptación. Su búsqueda se encamina hacia la paz y la sabiduría, no hacia la lucha ni el conocimiento en sí y por sí. Todo ello se plantea como una actitud cálida ante la existencia propia y ajena, con aceptación de la realidad, sin un desmedido esfuerzo por cambiarla, como no sea bajo la forma de un promover el cambio en el otro para que el otro cambie por sí mismo (Ver figura V.5.). Todo esto suele permanecer potencial y comienza a expresarse, por lo general, avanzados los años. Esto se debe a que para lograr la madurez que tal actitud interna implica, tiene que no sólo plantearse primero una crítica ante los introyectos, sino que han de

Figura V.5



Esquematización del sistema anciano del ser humano

desaprenderse una serie de normas, muchas de ellas profundamente a rraigadas en la mentalidad, como tradiciones, costumbres, ritos, atc. Las impresiones de los introyectos muchas veces son imborra-- bles. El desaprendizaje de las normas es siempre muy difícil. La ancianidad, como madurez, no siempre se alcanza aunque el ser huma no haya llegado a la vejez cronológica.

Se entiende por madurez, la posibilidad de la movilización de los aspectos más adecuados de cada cual para, en determinada transac-- ción, lograr objetivos predeterminados saludables y adecuados. La madurez es la flexibilidad, la aceptación del punto de vista aje - no, el amor genuino, la integración de muchas potencialidades y la posibilidad de expresar todo ello. La madurez significa la liber-- tad propia sin restricción de la ajena, autonomía frente a la pato logía, sin menoscabo del intercambio y de la expresión genuinas de los sentimientos adecuados y sanos. Esto requiere la movilización conjunta y balanceada de la totalidad del ser y la incorporación plena de la experiencia que se torna enriquecedora. Aquí, más que en ningún otro aspecto del ser, se requiere un pasado en el cual se asiente la vivencia y se permita la confrontación honda consigo mismo.

La madurez del sistema del anciano conlleva la autonomía, la expre sión natural y auténtica, la espontaneidad y la vivencia de la se- guridad, asentada sobre el sentirse bien consigo mismo.

La autonomía, dialécticamente, es la solución del dilema indepen-- dencia-dependencia. La autenticidad corresponde a la expresión de los sentimientos básicos desde las glándulas de secreción interna. La naturalidad es la no deformación de la autenticidad, desde su o rigen hasta su nivel expresivo. La espontaneidad es la no repre -- sión ni imposición de los propios sentimientos, lo que no hay que confundir con el desplante y el libertinaje. La seguridad, en sí y en los demás se fundamenta en un estar en paz consigo mismo. Todo ello forma parte de la madurez con posibilidad de integrar, con un

fin valioso predeterminado, aquellos aspectos de la propia perso - na que conducen a la consecución de un objetivo, con la satisfac-- ción plena consiguiente. La madurez a su vez entraña la aceptación de sí mismo, del otro, o de los otros. Al decir aceptar no se tra- ta de admitir pues, el admitir es un proceso intelectual. Tampoco se trata de aguantar o de soportar, que son sentimientos anómalos. Tampoco se trata de resignarse ya que la resignación es un senti-- miento doloroso y recortante.

El sistema del anciano es esencialmente flexible y cambiante, cuan do ello es necesario. Una de sus características es la adaptabili- dad. Para el ser maduro vivir es cambiar; por ello es dable ir al- canzando objetivos si se vivencia la experiencia. La felicidad no es algo invariable, antes bien, puede albergarse como posibilidad de sentir en la soledad la belleza de cada objeto, ser o situa --- ción.

En el sistema del anciano la comunicación es plena y utiliza, tan- to los aspectos preverbales, como las posibilidades verbales. El pensamiento es dialéctico; vale decir que entraña la aceptación de posibilidades contradictorias y la coexistencia de los contra-- rios. Este pensamiento es al mismo tiempo multicausal o policausal en el sentido de que no plantea que toda causa tiene su efecto, sino que una causa puede producir varios y diferentes efectos; que diferentes causas pueden producir el mismo efecto; que muchas cau- sas conjuntas son necesarias para producir un solo efecto, y que muchas causas conjuntas pueden producir muchos y diferentes efec-- tos. El manejo de este tipo de pensamiento favorece la flexibili-- dad, puesto que los diferentes efectos producidos por diferentes causas pueden ser contrarios y contradictorios, pudiendo además coexistir causas contrarias y efectos contrarios. Esto es de la ex periencia y vivenciación diarias para quienes observan al ser huma no.Es así como, por ejemplo, el mismo tipo de conducta parental origina conductas diametralmente opuestas en los hijos. La misma

palabra dicha en un grupo hace surgir sentimientos totalmente o-- puestos entre los integrantes del grupo. En el anciano la acepta-- ción se fundamenta en la flexibilidad que, a su vez, entraña y genera aceptación. La dependencia de otros y el control hacia otros tiende a disminuir con el curso del tiempo, aunque pueda haber un aumento de la dependencia en los últimos años de la vida. La autonomía y la libertad, en cambio, van aumentando con el correr del tiempo. El anciano que hay en cada ser humano va expresándose, desde la primera infancia, con la madurez relativa correspondiente a cada período del desarrollo.

3.- Sistemas constitutivos

El análisis estructural se enriquece y complica con los sistemas dinámicos del yo. Tanto el infante como el niño, el adolescente, el adulto y el anciano, tienen parcelas conscientes, que son las mínimas, precons-- cientes y subconscientes, que son las mayores. Los conflictos constituyen los aspectos conscientes y preconscientes del enfrentamiento irre-- suelto de los modelos de desarrollo.
Los complejos constituyen el enfrentamiento irresuelto de los aspectos subconscientes de los modelos de desarrollo.
Los diversos sistemas constitutivos del ser humano varían de acuerdo a las instancias evolutivas.

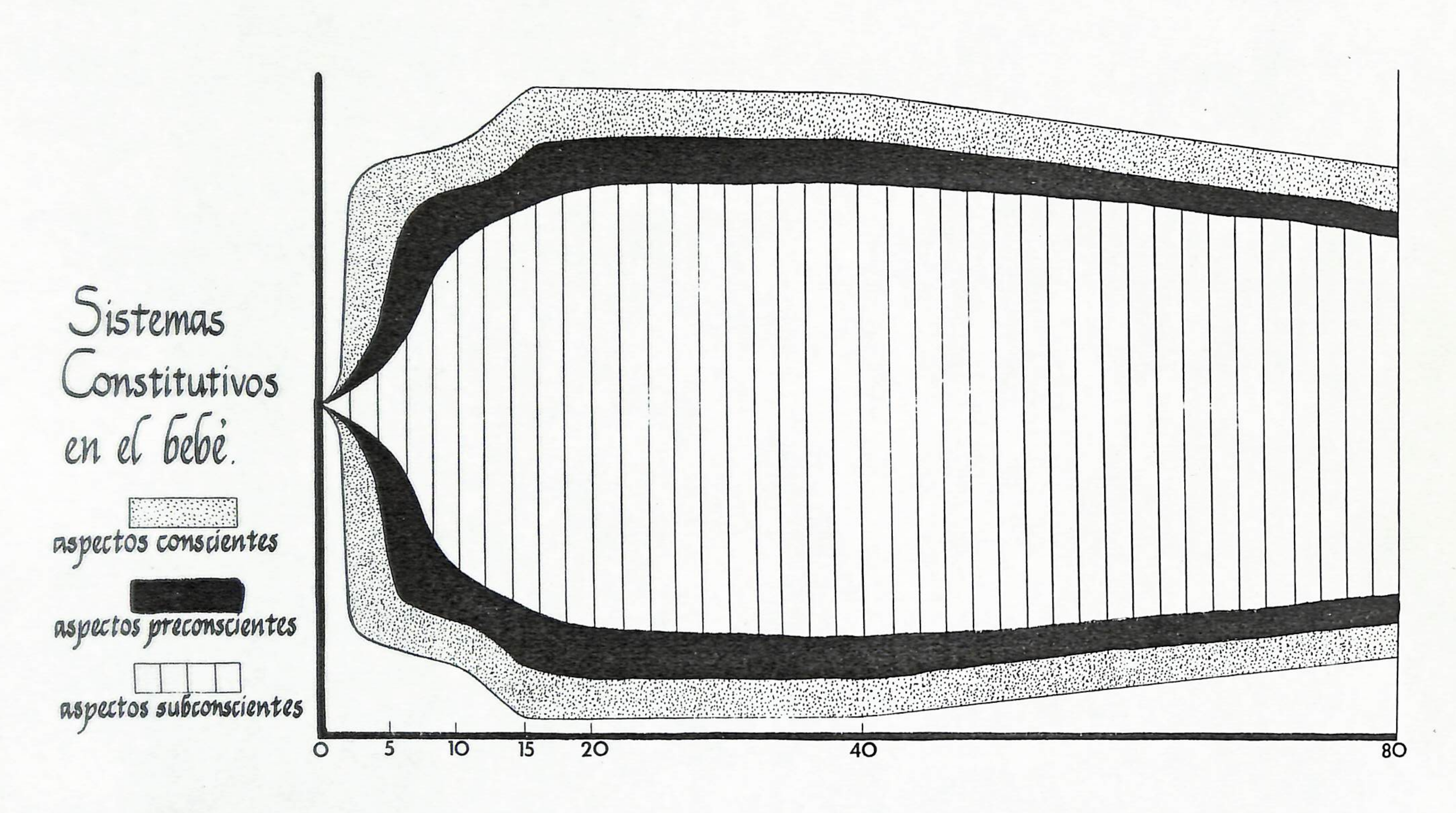
3.1.- Subconsciente e inconsciente

Lo inconsciente es el conjunto de contenidos psíquicos de toda índole que no pueden llegar a la consciencia de modo voluntario pero que se expresa, de modo involuntario, en determinadas condiciones como el ensueño, la hipnosis, ciertos juegos, como actos involuntarios de la vida cotidiana, cuando se deja viajar la imaginación. Algunos autores denominan subconsciente a lo que se acaba de des-- cribir y el término inconsciente lo aplican a aquello que jamás

puede hacerse consciente, como son por ejemplo las variaciones del calibre de los capilares sanguíneos. Aquí se usa el término inconsciente en el sentido descrito más arriba.
En el bebé lo que predomina son los aspectos inconscientes.(Figura V.6.). Estos son sumamente abundantes ya que se trata de materiales incorporados o introyectados en la primera infancia, que luego son reprimidos y/o de los que el ser no toma consciencia. En el sistema niño, lo inconsciente es menos importante puesto que el niño se estructura con elementos formados o venidos de afuera adentro (figura IV.7) pero sí adquiere un gran volumen, puesto que la cantidad de datos con que es bombardeado el ser es ingente.De ellos buena parte van a ser olvidados y no podrán recordarse. Esto constituye el gran venero del inconsciente individual. En el adolescente las instancias son tan vastas como son las partes del bebé y del niño comprometidas en la situación de conflicto adolescente (Figura IV.8.). La mayor parte del adulto está constituída por aspectos conscientes y preconscientes. (Figura IV.9.). En el sistema anciano las instancias están balanceadas, y el subconsciente, mejor organizado. (Figura IV.10.).

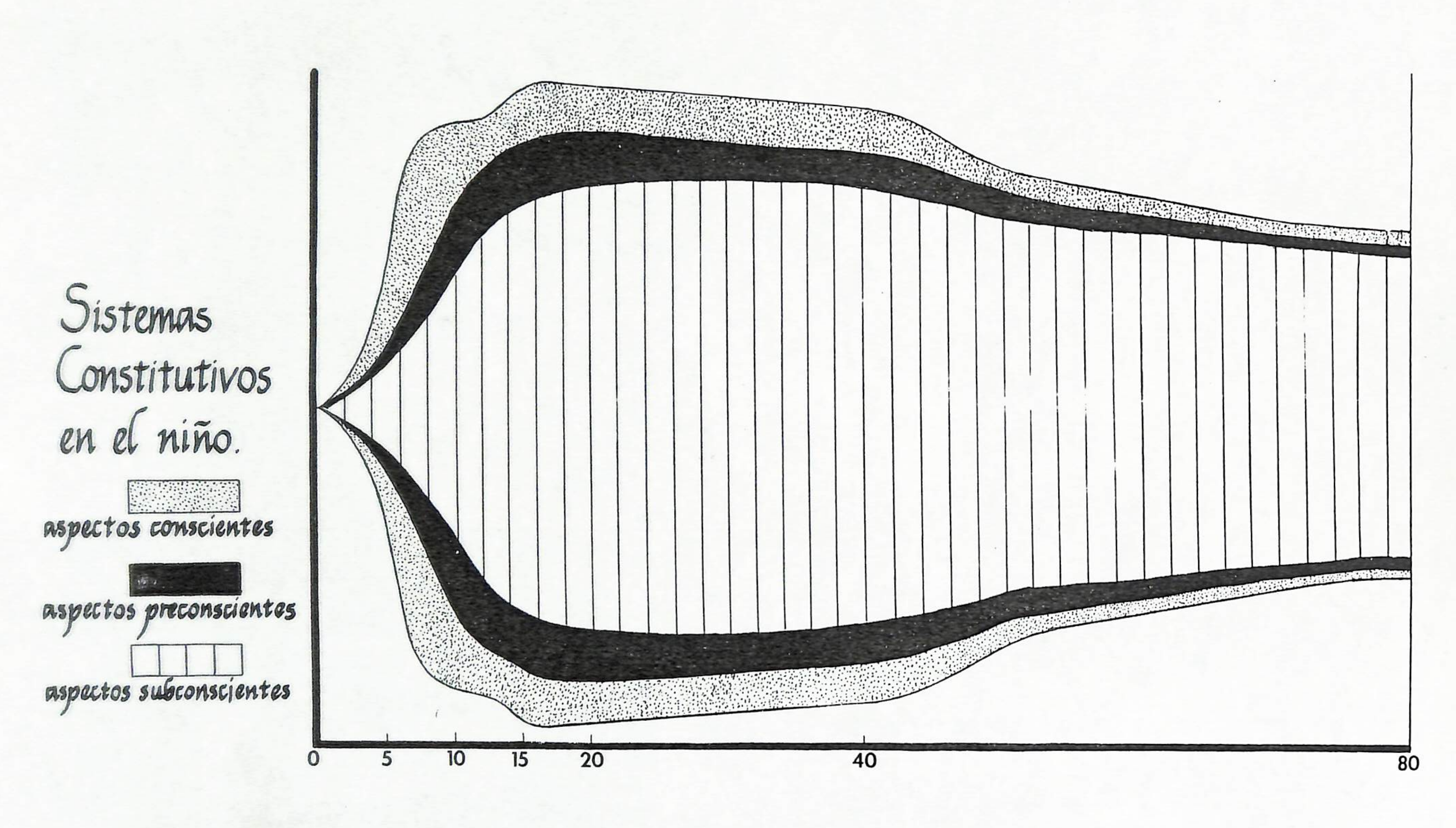
3.2.- Preconsciente
El preconsciente es la parte del ser que puede pasar a la consciencia de modo voluntario.
La preconsciencia a nivel de la instancia bebé es poco importante y pobre, puesto que el intento de traer a la consciencia los aspectos o elementos preconscientes del bebé les hace perder justamente su característica de sentimiento vital. El sentimiento vital no puede ser reaprehendido (esto es, vuelto a aprehender) sin que pierda la frescura del sentimiento y sin que pierda mucho de la calidad correspondiente. Lo preconsciente es importante en el aspecto niño, puesto que constituye el fundamento de la justificación principista de la que se echa mano cada vez que se pretende conde-

Figura V. 6



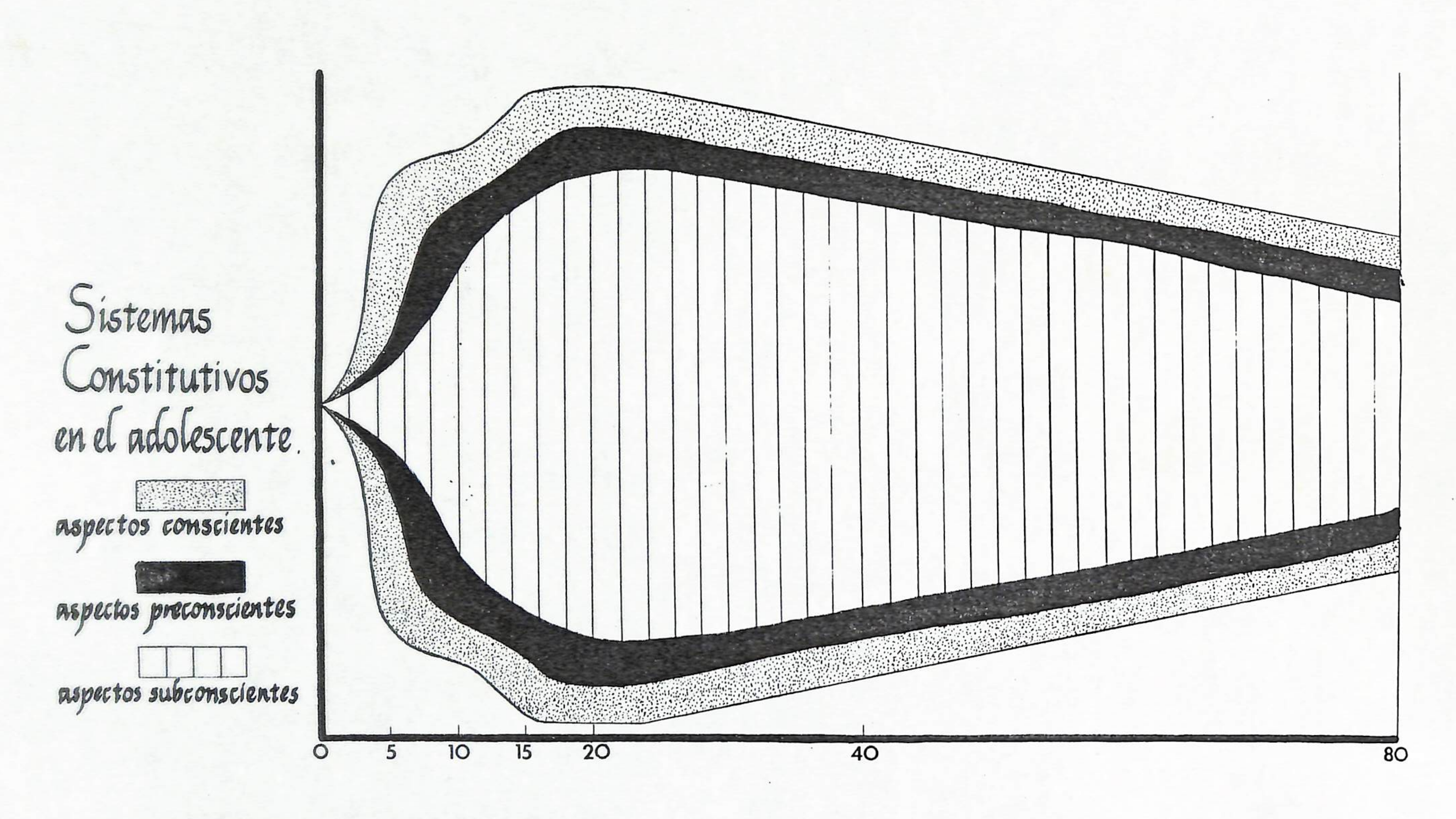
Esquematización de los sistemas constitutivos del bebé

Figura v.7



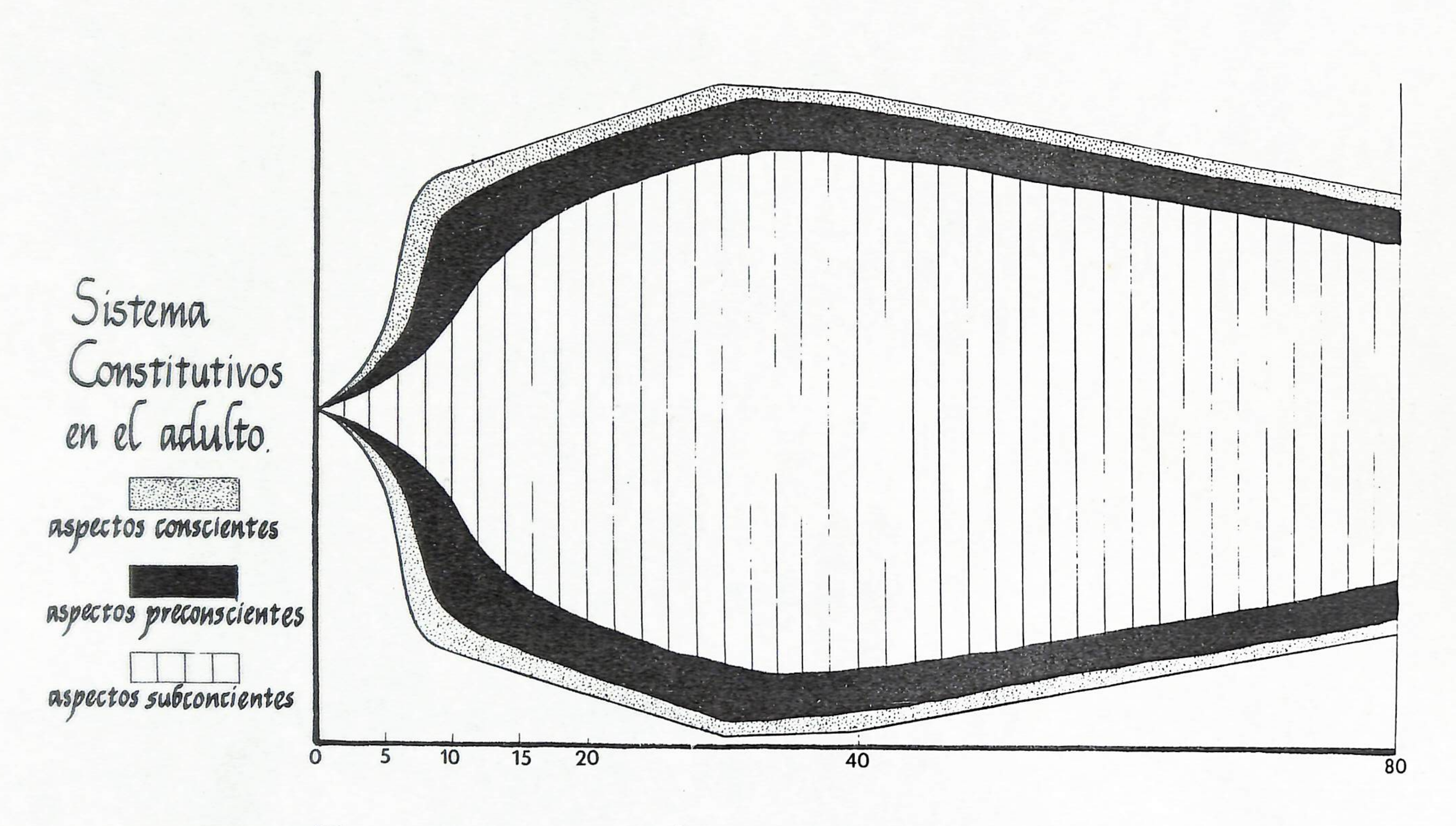
Esquematización de los sistemas constitutivos del niño

Figura V. 8



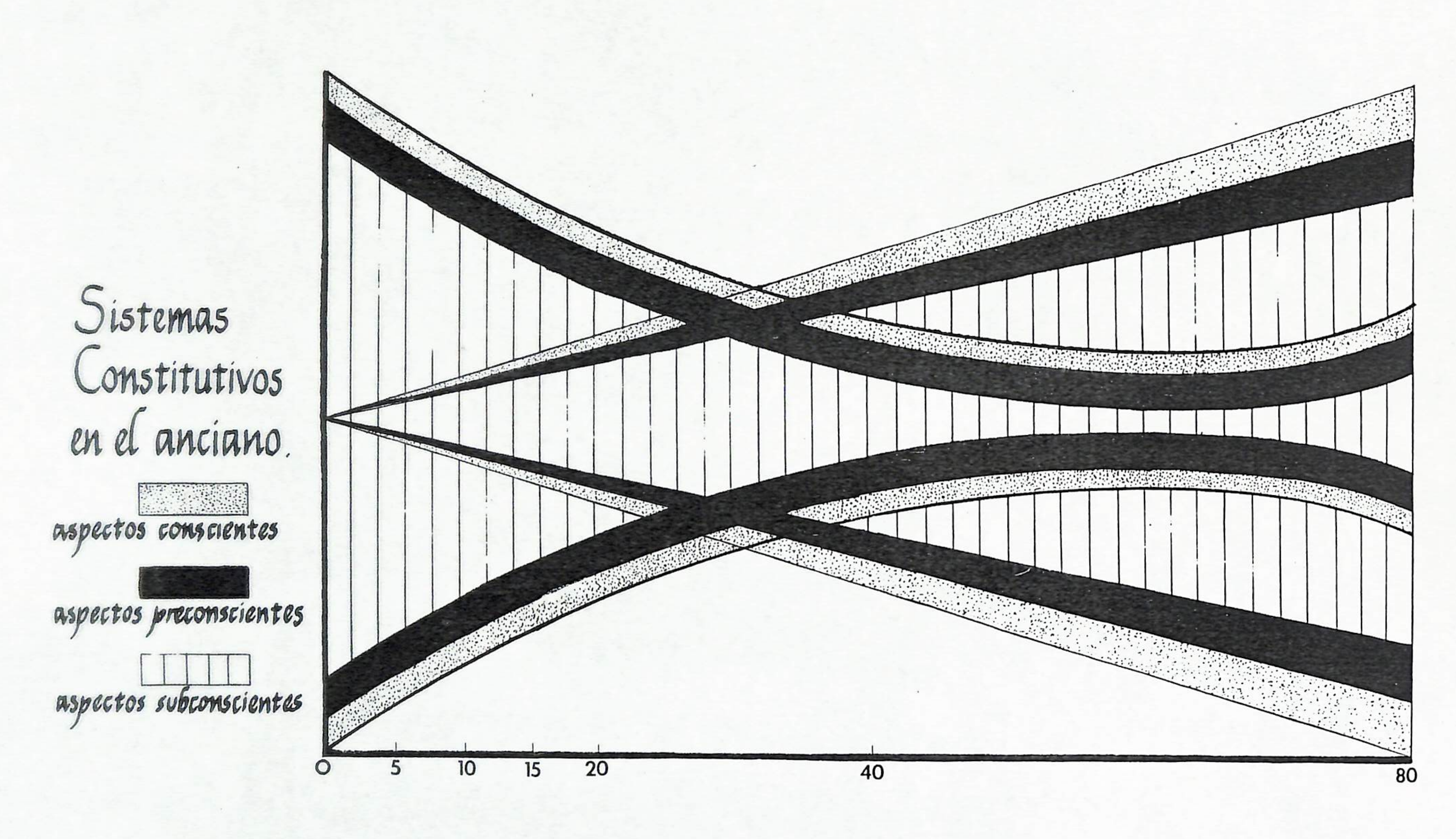
Esquematización de los sistemas constitutivos del adolescente.

Figura V.9



Esquematización de los sistemas constitutivos del adulto

Figura V.10



Esquematización de los sistemas constitutivos del anciano

nar un modo de conducta por razones éticas, de justicia, de principio, de reglamento, etc. Este aspecto es sumamente importante, particularmente para las personas con rasgos psicopáticos que echan mano del preconsciente del niño con el objeto de justificar incluso sus mayores aberraciones. Lo preconsciente en el adolescente corresponde a los aspectos del conflicto que el individuo quiere explicar por cualquier medio. Tanto en el adolescente como en el adulto y en el anciano lo preconsciente es abundante en función de lo adquirido y experimentado.

3.3.- Consciente

Lo consciente es aquello que ocupa el campo de la consciencia en un momento determinado.

Los aspectos conscientes del bebé son, sobre todo, las necesidades, en cuyo caso se es consciente de los sentimientos desagradables o, inversamente, en el momento de la satisfacción, el bebé toma consciencia de su propio bienestar. Lo consciente en el estrato niño está dado por el sentimiento de bondad y maldad,de bienestar o malestar o cualquier otro sentimiento que se relaciona con la seguridad-inseguridad de cada cual en sus relaciones consigo mismo y/o con los demás. La forma cómo el individuo vive el propio conflicto corresponde al aspecto consciente, típico de la adolescencia. En el adulto lo consciente corresponde a los procesos lógicos racionales en juego en un momento determinado. Debe mencionarse que en el ser puede darse la adquisición de nuevos conocimientos por efecto del esfuerzo voluntario y utilización del pensamiento lógico, pero también se pueden llegar a la adquisición del conocimiento de modo pasivo. En este caso se trata del surgimiento creativo de conocimiento que significa el aporte de la totalidad del ser expresado de modo objetivo. Se trata del proceso de inspiración creadora, de intuición enriquecedora del acervo de la cultura personal. Para muchos se plantea ello como el paso a la conciencia

de aspectos preconscientes. En realidad ello constituye un resultado de la integración de aspectos parcelares de la totalidad del ser con nacimiento de elementos nuevos brotados de la mismidad. Esto es verdaderamente un proceso de iluminación interna, de un descubrimiento de lo velado, en que el mismo descubridor se da con la sorpresa de que descubre lo impensado, lo inesperado, aunque lo haya llevado en sí y haya sido su procreador. Todo ello corresponde a la puesta en marcha del sistema del anciano en el que la intuición juega un papel que puede sobrepasar al de la lógica.

CAPITULO VI

CRECIMIENTO Y DESARROLLO. PROGRESO Y MADURACION

1.- Delimitación de conceptos

Por desarrollo se entiende un conjunto integrado de fenómenos evolutivos dinámicos, mediante los cuales el ser alcanza, adquiere y logra su adaptación, integración y diferenciación progresivas.
El desarrollo constituye una continuidad temporal y espacial indivisa. En esa continuidad indivisa pueden apreciarse, abstractivamente, fases o estadios que no se dan delimitados en la realidad. Las fases son períodos de cierta duración y durante los cuales acontecen determinadas modificaciones que son similares en todos los individuos.
También dentro de la continuidad que es el desarrollo pueden presentarse crisis, esto es incidentes agudos, más o menos intensas, bruscas o dramáticas.
En tanto que conjunto contínuo de fenómenos evolutivos, dinámicos, el desarrollo es una integración de aconteceres con sentido y orientación progresivos. Debe anotarse que en el ser humano no es meramente un acontecer biológico pasivo sino que en él ocupa un puesto primordial lo logrado con esfuerzo y siguiendo la motivación personal.
Es por esto que debe considerarse no sólo la finalidad de este fenómeno, sino la intencionalidad que encierra y puede dársele, particularmente en aquellos aspectos más propiamente humanos del mismo, o sea en aquellos que llevan consigo esfuerzo voluntario.
Si bien el desarrollo presupone la existencia de los mismos elementos al principio y al final, esto no quiere decir que en él interven

ga sólo lo interno y propio del ser que se desarrolla. El proceso en mención acontece en el ser humano, que forzosamente está en algún sitio donde mantiene algún tipo de relación social. Se deben pues tener en cuenta todos los factores externos al ser como inseparables de su desarrollo, en el cual convergen lo interno y externo. Esto es particularmente importante porque el desarrollo implica, entre otras cosas, la adaptación del ser y esta adaptación debe ser del ser a su medio y del ser consigo mismo, especialmente en lo pertinente a las posibilidades de la vida de relación con otros seres.

2.- Crecimiento, progreso, desarrollo y maduración

No debe confundirse desarrollo con progreso ni con crecimiento. El segundo concepto implica, para un instante histórico determinado y comparativamente con un instante pretérito, un avance valioso. Este no es siempre el caso tratándose del desarrollo que, en muchas ocasiones, como en ciertos aspectos del crecimiento, entraña la pérdida o la disminución de capacidades valiosas. Hay ocasiones en que el desarrollo y progreso se contraponen. Incluso hay períodos del desarrollo que, en ciertos sentidos, deben considerarse como formas de retorno o regreso a etapas anteriores, por ejemplo ciertos aspectos del envejecimiento, de allí que en estos casos se habla de regresión.

El concepto de crecimiento se refiere particularmente al aumento cuantitativo,mensurable, de elementos sobre todo espaciales, que forman parte del desarrollo pero que no lo definen. Además, hay fases del desarrollo durante las cuales no sólo no hay crecimiento (el crecimiento se ha detenido) sino que hay una disminución, empequeñecimiento. Tal sucede con la imaginación durante el pasaje de la pubertad a la edad a la edad adulta, o con la talla en el período comprendido entre la adulta y la senectud.

3.- Ontogenia y filogenia

La ontogenia (del griego ontos : ser, y genos : origen), que es el tratado del origen y desarrollo del ser, materia fundamental de la embriología, no concluye con el nacimiento. Después de éste, el desarrollo ontogénico sigue presentando determinados estadios que recuerdan a otras tantas fases de la evolución filogenética (del griego philos : especie, y genos : origen) esto es de la evolución de las especies animales en el curso de los milenios transcurridos desde el origen de la vida hasta nuestros días. Esto es particularmente notable en las primeras etapas de la vida. Lo planteado ha hecho que el proceso del desarrollo intrauterino se haya comparado al de los animales menos diferenciados - peces, reptiles, batracios etc.- A partir del nacimiento, el ser ha sido comparado con los hombres de civilizaciones primitivas. Todo ello, aunque parcialmente cierto tiene limitaciones en todos los aspectos y períodos de la unidad psicobiológica. Como ejemplo, basta considera el caso de que el niño es un organismo sin estructura definida, que está en pleno período de crecimiento y cuyas actividades sociales están poco desarrolladas. Tales características se contraponen a la realidad que ofrecen los miembros adultos de civilizaciones primitivas. Por ello,con todo y teniendo presente la existencia de elementos comunes a ambos, la comparación no es equiparación, como suele pensarse de modo simplista.

4.- Fases abstractivas del desarrollo

La evolución del ser humano ha sido generalmente estudiada a través de los cambios relacionados con los procesos vitales que constituyen sendas fases abstractivas del desarrollo individual. Ellas no son precisables con nitidez, ni son idénticas en todos los indivi--

duos, ni se caracterizan en cada uno por iguales manifestaciones objetivas. Las fases en que usualmente se divide el desarrollo del ser humano tampoco acontecen con precisión temporal en la historia personal. Para los efectos prácticos, generalmente se han considerado los siguientes estadios :

1.- Fase prenatal, que va desde la concepción hasta el nacimiento.
2.- Primera infancia, que va desde el nacimiento hasta los seis años y medio o siete años. Ella incluye al recién nacido en su fase de lactancia que corresponde a los primeros seis meses.
3.- Segunda infancia, desde que concluye la etapa anterior hasta los nueve años y medio o diez años y medio.
4.- Entre el fin de la segunda infancia y los dieciocho años en el hombre -en la mujer hasta los quince- transcurre la pubertad propiamente tal, denominada también adolescencia. Esta última va desde los catorce a los dieciocho años en los hombres y de los doce a los quince en las mujeres.
5.- La adultez tiene límites todavía más imprecisos que pueden, arbitrariamente, establecerse entre los 18-25 y los 50-55 años.
6.- La última fase abstractiva del desarrollo es la senectud, que concluye con la muerte del individuo.

El término de niñez se utiliza con un criterio amplio y, generalmente, se aplica al período que comprende la primera y segunda infancias, con exclusión del primer año de vida. El término adolescencia usualmente abarca desde la pubertad hasta la edad adulta. Las fases mencionadas no se diferencian con nitidez en la realidad, ya que el desarrollo es un proceso contínuo de una totalidad estructural siempre cambiante

Durante el proceso del desarrollo se da, a medida que transcurre el tiempo, una predominancia relativa de ciertos sistemas estructura--

les. Durante los primeros años, predomina la expresión del bebé o infante, luego predomina el niño, seguidamente el adolescente, luego el adulto y, finalmente, el anciano. Todos y cada uno de los sistemas se dan simultáneamente, por ello es que no puede hablarse de las fases del desarrollo como períodos definidos :(infancia, niñez, adolescencia, adultez y madurez) sino como una sucesión contínua de cambios durante la cual en cada momento se va expresando más de determinado sistema en tanto que los otros, también presentes, se expresan menos. Téngase en cuenta que el proceso es evolutivo y que el ser es, al mismo tiempo, lo que fue y lo que será. O sea que es lo que fue y, en cierta forma, lo que todavía no es. Al decir que un ser es lo que fue se tiene un pilar fundamental de la psicología estructural : nada de lo que fue deja de ser. Cuando se dice que un ser es lo que todavía no es, se está planteando el fundamento de todo el proceso educativo, sea éste impuesto desde afuera o surgido de la interioridad de cada cual.

A continuación se presentan, fenomenológicamente, los hechos que acontecen normalmente en el desarrollo del ser humano.

5.- Desde la concepción hasta la muerte

Período prenatal

El lector ha de preguntarse :¿Cuál es la condición del feto en el vientre materno?. En un despliegue de fantasía, como en una película de ciencia-ficción, puede plantearse que las condiciones de vida intrauterina corresponden a un recibir sin dar. El feto es acogido sin reservas y protegido al máximo. El ambiente es tibio. Los contactos blandos. La situación es de pasividad del ser en gestación llevado por la actividad de la gestante. Es ésta una condición ideal, de estar bien, que se interrumpe bruscamente con el parto.

El nacimiento

A partir de este momento el infante intentará seguir estando bien. Se orientará a continuar teniendo las condiciones ideales que fue--

ron el medio en que se gestó y que se expresan, minimizadas, en las caricias, tibieza e incorporaciones orales que siguen teniendo lu-- gar a partir del nacimiento. Hasta su muerte el ser buscará ese estar bien primigenio. Los objetivos ulteriores serán diferentemente planteados : paz, felicidad, tranquilidad, bienestar. Básicamente constituyen siempre un tender hacia el bienestar y equilibrio primigenios, que se incorporará como el genitor internalizado. En efecto es el genitor externo el que aporta las caricias, el calor, la blandura, la comprensión, la aceptación y la entrega ideales que el ser pretende. Cuando ello es así el infante se siente bien. Si lo que el infante recibe es dureza, incomprensión, rechazo, se sentirá mal. Todo el período denominado primera infancia es de extraordinaria trascendencia en el desarrollo ulterior del individuo. No sólo ni tanto en lo referente a la posible patología mental que pudiera presentar, cuanto a la futura estructuración de sus peculiaridades personales, su idiosincrasia, su personalidad toda. Durante los primeros años de la vida hay un predominio de lo pático, esto es, de lo afectivo sobre lo gnóstico, o sea lo relacionado con el conocimiento y, particularmente, con el conocimiento racional. Este predomi-- nio es no sólo en lo expresivo sino en la forma cómo el mundo impresiona al niño. Mientras más pequeño el niño se moverá en un mundo más pleno de significaciones emocionales y afectivas.Hasta los 10 ó

10 a 15 días

15 días no se producen en un bebé reacciones emotivas al atarlo.Las respuestas obtenidas ante estímulos variados, son de tipo motor. En otro caso las reacciones son reflejas como el morro o el hocico que significan actos preparatorios para la succión. La vida transcurre como un magma en el que se entremezclan placer y dolor, instintos de conservación del individuo y reflejos elementales que conducen a la satisfacción de necesidades nutritivas, también elementales. En los datos sensoriales predominan los correspondientes a los senti-- dos inferiores del gusto y del olfato. Hay también reacciones que

indican la existencia de sensaciones de hambre, sed, hartazgo, do-- lor, humedad y bienestar o malestar. En el curso de los d s prime-- ros meses después del nacimiento, el lactante vive en un plano elemental que se ha comparado, no sin razón, al de los mamíferos inferiores. Progresivamente, se aprecia la repetición de acciones agradables, como chuparse el dedo. Es así como llegan a conformarse hábitos sensoriomotores adquiridos casualmente. Hasta este momento, los gritos y el llanto, el miedo y la rabia son las únicas manifestaciones afectivas en la criatura. Ellas son indiferenciadas, esto es, desencadenadas como reacción a los más diversos estímulos : dolor, hambre, sed, humedad de los pañales, etc. Alrededor del tercer mes la presencia de la madre, o de cualquier persona que frecuente el ambiente del lactante, hace aparecer en el rostro del chiquitín una sonrisa que es la primera expresión afectiva diferenciada. Paulatinamente, el lactante aprende a dirigir la mirada y a coordinarla con ciertos movimientos, con ello empieza a diferenciarse la actividad de los sentidos superiores, llamados también constructivos. Poco a poco los objetos no se limitan al seno materno (o sus equivalentes), mordido y palpado,sino que, merced a las experiencias de placer y dolor, de frustración, gratificación, ansiedad y relaja -- ción, asombro y desinterés, se van conformando emociones más y más diferenciadas. De esta manera se va constituyendo un mundo exterior fisionómico, cada uno de cuyos integrantes está teñido de un matiz afectivo que es agradable o desagradable y que recuerda al de los hombres primitivos. La repetición de los movimientos coordinados y de los actos agradables y la ritmicidad temporal, enriquecida por los datos sensoriomotores y afectivos, conformarán poco a poco la noción, confusa primero, del yo en oposición al no yo, conjuntamente con la noción del tiempo y del espacio. A partir del nacimiento importa no sólo el estar acogido y ser acariciado sino el sentirse acogido y acariciado. La diferencia está

Los prime ros meses

en el reconocimiento del otro. La existencia de un yo solitario co-- rresponde al estar solo así se esté acompañado. El sentirse acompa-- ñado significa el reconocimiento de la presencia del otro, de un tú en la propia interioridad. Durante toda la vida el hombre buscará la plenitud genitora que significa la paz, como ausencia de hostili· dad, el recibir sin exigencia y la impactación con estímulos armóni· cos y concordes con las expresiones de aceptación y no de rechazo. El genitor internalizado es constructivo, satisfactorio, acogedor. Los sentimientos en torno al genitor-padre y madre- son incorpora - dos después de vivenciados. Ellos constituyen, en general y en cond ciones adecuadas, una fuente de placer y seguridad en el infante.

Sexto mes A este período de pasividad sigue, en general a partir del sexto me después del nacimiento, uno de actividad espontánea en el curso del cual la criatura empieza a actuar, sobre el mundo propio y el circu dante de modo más significativo y finalista. La conducta durante es te segundo semestre de la vida extrauterina ha sido comparada a la de los mamíferos superiores. Las acciones que fueron agradables se repiten con intencionalidad manifiesta e incluso se aprecian atisbo de experimentación particularmente en la actividad de prensión. La percepción sigue siendo fisionómica y sensorio-afectiva. Los objetc así diferenciados, sean animados o inanimados, atraen o repelen, sc amigables o rechazados. El niño empieza a jugar, esto es que se est blece una actividad lúdica. Hasta ese momento, la actividad del niî se ha centrado en torno a la boca y a funciones que tienen su comie zo en actividades bucales (mamar, succionar), de allí a que esta et pa del desarrollo se le haya denominado fase oral. El niño, en part

fase oral movido por el asombro y la curiosidad, necesita ocuparse contínuame te con objetos del mundo exterior o con partes de su cuerpo que ha las funciones de objeto de juego, particularmente la boca y las zo· nas anogenitales. Como se dijo, después de los ----------------

seis meses y, particularmente, poco antes del fin del primer año de vida, la relación sensorioemotiva se establece con objetos distin-- tos y la actividad lúdica se extiende a las zonas anales. Esto es lo que ha determinado denominar a este período como fase anal (que según este criterio se prolonga hasta el segundo año de vida) durante la cual los objetos pueden ser retenidos, acercados o bien expulsados, rechazados, sea ello con dolor o placer. Se establece así una tonalidad afectiva, agradable o desagradable, que es dependiente de la situación relativa que guardan el niño y el objeto. Aparecen también así los afectos de frustración, autosatisfacción, dependiendo de si se logra o no la satisfacción de las fantasías y caprichos y de las dificultades o facilidades que el mundo exterior ofrezca a tales satisfacciones. El niño empieza a apreciar que su agresividad es capaz de modificar no sólo el mundo exterior sino la actitud de determinados objetos animados, esto es de personas que lo circundan. Todo ello conduce a que se vaya estructurando la intencionalidad como posibilidad de articular el medio con el fin perseguido. Al fi-- nal del primer año habrán objetos elegidos por su mayor carga afectiva agradable, estos objetos pueden ser animados, o inanimados, tal sería un determinado juguete. Por otra parte, la conducta no será racional pese a que tendrá algunos fines determinados y será modificable para poder ser aplicada a situaciones nuevas. Paulatinamente, en el curso del segundo año de vida, se van precisando las nociones de tiempo como ser ayer y mañana, ahora y más tarde. El niño da sus primeros pasos, comienza a caminar erecto y extiende su radio de acción así como el de su interés demostrable objetivamente porque toca y agarra todo lo que está a su alcance, y pretende hacer otro tanto incluso con objetos, fuera de sus posibilidades de alcance físico, hacia los cuales estira las manitas en un esfuerzo que los adultos sonrientes saben infructuoso. También durante el segundo año empieza a desarrollarse el control de los esfínteres. Ello impli

fase anal

fin del primer año

segundo año

ca una gran cantidad de actividades en las que se ponen en juego la comunicación entre la madre y el niño. Este debe someterse a las exigencias de la madre o sufrir las consecuencias de disturbios en su relación con ella. La imagen de sí mismo empieza a plasmarse como resultado de la curiosidad, la experimentación y la enseñanza. El niño reconoce y señala partes de su cuerpo, diferentes pero al mismo tiempo semejantes al de las otras personas, cuyos gestos, movimientos y sonidos a veces imita. Se tiene con ello los primeros procesos de identificación que van de la mano con la sumisión a ciertas normas impuestas por los adultos en un esbozo de coexistencia que implica aceptación de reglas superindividuales que deben acatarse, y son el retoño de la conciencia moral o de lo que los psicoanalistas denominan el superyo (o superego). En la plasmación de las bases éticas de la personalidad en general y en el juicio moral en particular, así como en la paulatina estructuración del superyo, influye directamente la formación y el ejemplo dados por los adultos. La obediencia y la sumisión infantiles significan, desde este punto de vista, que el juicio moral del niño es dependiente del de los mayores. La subordinación del educando habrá de conseguirse por una mezcla de bondad, severidad y definición de las posibilidades y campo de acción del niño, a quien se le debe aclarar con sencillez las ideas y delimitar con nitidez lo permitido de lo prohibido, lo conveniente de lo inconveniente, lo bueno de lo malo lo que presupone, por parte de los educadores, el uso del lenguaje hablado en un momento en que el niño quizás todavía no utiliza ese medio de expresión. Pese a esto, el niño capta; es la época en que los que lo rodean dicen : "este chico se da cuenta de todo, todavía no habla pero entiende lo que se le dice". La identificación es el proceso fundamental en el proceso de desarrollo, en el sentido de que el ser en desarrollo asimila aspectos, propiedades o atributos de otros u otros, y se transforma parcialmente sobre y hacia el modelo o los modelos ofrecidos. El proceso educativo usual es un

esfuerzo de los padres para lograr que sus hijos se identifiquen con ellos. Aquí conviene hacer notar que el proceso de identificación puede tener dos aspectos. En el primero puede ir hacia el otro en cuyo caso, tal como lo plantea el padre en relación con el hijo, la aseveración es : "mi hijo es igualito que yo". En el otro caso la identificación es centrada hacia uno y el planteamiento correspondiente sería : "yo soy como él, igualito a él, igualito a mi padre", "yo me parezco a mi madre", todas estas y otras similares son las aseveraciones del hijo hacia el padre o las figuras simbólicas parentales. Naturalmente que el proceso de identificación, en la medida que la persona no logra integrarse y no consigue una identidad, puede seguirse produciendo de modo anómalo y durante períodos de la vida en los que ya no tiene razón de ser. Todo lo anterior precede en algo y luego se superpone a la adquisición del lenguaje hablado, el cual empieza después de un período de gritos, balbuceos, risas y llantos plenos de intención. Los sonidos al principio pobremente articulados, se estructuran en monosílabos, luego con palabras disilábicas. Sigue un período de frases reducidas a una o dos palabras cuya significación sólo es captada por las personas más allegadas al chico. La capacidad expresiva es menor que la riqueza de percepciones y representaciones que tiene el niño, de allí las frases construídas por oposición de palabras. Gradualmente, el niño adquiere rudimentos de la sintaxis y aprenderá a utilizar los verbos en el tiempo que corresponde a lo que desea expresar. Debe recordarse que la adquisición del lenguaje presupone la intervención de múltiples factores sensitivos y sensoriales, datos de la memoria, rudimentos de la conciencia del yo, y también depende de las condiciones externas ambientales, tales como riqueza y calidad del vocabulario de los que rodean al niño, así como de la insistencia y cariño con que se le enseña y corrige. Como todo otro medio de expresión, el lenguaje es representativo de la totalidad de quien lo utiliza pero,

en tanto qué fenómeno está en relación muy directa con el pensamiento y es representativo de las modalidades de éste. En el niño el lenguaje es simbólico, correspondiente al pensamiento del mismo nombre de los primeros años de la vida y su estructuración corresponde a la de la mentalidad prelógica. Con la adquisición del lenguaje se favorece inmensamente el intercambio de relaciones entre el niño y el mundo, las que se ven además facilitadas por el mayor alcance material que el niño, también durante el segundo año después del nacimiento, logra merced a la marcha erecta. Todo ello, corre paralelo con los procesos de maduración bioquímica anatómica y funcional del sistema nervioso, que permite la organización de actos complejos y el control esfinteriano. El niño sale de su prehistoria pues, ya que puede pensar, hablar y movilizarse, dispone del poder de crear su historia. Este es el período en que se empieza a conseguir el control del propio cuerpo.

de dos a cuatro años

El mundo del niño se amplía y se enriquece entre los dos y los cuatro años. Los objetos se diferencian más netamente del sujeto y llega un momento en que el niño dice "yo". Es en este período cuando psicoanalíticamente, termina la fase anal y comienza la fase llamada fálica, en la que se llega a establecer el distingo entre los sexos con la consiguiente tormenta de relaciones afectivas entre el ser en desarrollo y sus padres como conflicto ligado al sexo.

fase fálica

Alrededor de los tres y cuatro años se hace patente una época de turbulencia, desobediencia, mentiras, capricho y contradicción durante la cual se manifiestan claramente la cada vez menor pasividad del ser en desarrollo, el choque entre el yo y el mundo, el deseo de lograr determinados objetivos y el afán de dominio y de poderío. La acción voluntaria, que en esta fase siempre es juego, puede conducir a lo que el ser se ha propuesto. El "yo quiero" puede ser satisfecho por el niño mismo o por otra persona. En todo caso, se originan conflictos y resistencias, más o menos grandes y variables, en la relación del infante con los objetos y las personas. Es-

tas experiencias son necesarias y de extrema importancia para la conformación de la actitud futura del sujeto frente a la vida; gracias a ellas se empieza a canalizar y ejercitar la agresividad favoreciéndose, si la educación es conveniente, el despliegue de los impulsos de autoafirmación y su equilibrio con otros rasgos personales de dirección opuesta como la sumisión, la obediencia y el respeto a la autoridad. Los conflictos se plantean aunque no sean verbalizados. El ser en desarrollo los padece, adolece de ellos. Es así como surge el adolescente en el ser humano. El conflicto hace sufrir, sobre todo si es irresuelto. Será tanto más agudo cuanto más marcadas sean las fuerzas en oposición. En estos casos el ser empieza a demostrar más fehacientemente los rudimentos de una conciencia moral, que el niño no puede siempre expresar dado el lenguaje elemental de que dispone, pero que se manifiesta en las reacciones afectivas y emotivas frente a sus propios actos. Son estas las manifestaciones de las estructuras que conforman el sistema niño, y que los psicoanalistas han agrupado bajo el nombre de "superyo". Este está conformado por todos los introyectos que se oponen a la puesta en marcha de las fuerzas incluídas en el "ello". El superyo no está claramente delimitado, habiendo quienes piensan que tiene aspectos que son conscientes. La existencia del superyo se relaciona con la denominada censura, que impediría el paso a la conciencia de contenidos del ello, cuya irrupción produciría angustia o síntomas equivalentes. El superyo vendría a ser la contraparte inconsciente de la conciencia moral. Todo este complicado proceso de situaciones afectivas, cambiantes y riquísimas, cuya intensidad y significación varía inmensamente de ser a ser y según las condiciones de vida de cada cual, suele confundirse con uno de sus aspectos, a saber, el elemento edípico de la relación entre el niño y la madre, que ha sido tomado como lo único que sucede en el alma infantil entre los dos y los cuatro años de vida. El denominado complejo de Edipo, o sea la fijación inconsciente del niño va--

rón hacia la madre, coexistente con celos hacia el padre y deseos de aniquilarlo, ha sido exagerado y dramatizado por ciertas escuelas psiquiátricas y por la literatura pseudocientífica. Dicho complejo es parte del conjunto de fuerzas inconscientes, que forman el sistema del bebé, denominado "ello" por los psicoanalistas, motor de la actividad individual, que impulsan al ser hacia la satisfacción de sus deseos y necesidades. Con criterio pragmático, el concepto de situaciones edípicas con todas sus implicaciones, se aplica a las diversas relaciones que surgen en los vínculos de padres y/o madres con hijos y/o hijas. De los cuatro a los siete años, la condición del ser en desarrollo ha sido comparada a la del hombre primitivo, debiendo hacerse aquí las salvedades mencionadas anteriormente y, muy especialmente, el hecho de que el niño va a proseguir su desenvolvimiento y desarrollo. A partir de los cuatro años es particularmente notable la paulatina sustitución del pensamiento y percepción fisionómicos y simbólicos por formas de actividad intelectual que implican la utilización de relaciones lógicas causales. El pensamiento lógico causal cobra importancia cada vez mayor en la vida del ser y durante un período de la misma, a veces para desesperación de los padres, domina el panorama del desarrollo intelectual. Es la época del "por qué" que el chico plantea a cada instante y en toda ocasión. La curiosidad intelectual y búsqueda de las relaciones causales no se acompañan todavía de sentido crítico, por ello el niño a esa edad queda ingenuamente satisfecho con una visión parcelar o con una respuesta incompleta o incluso incongruente, y hasta falsa o imposible a todas luces. Se trata de la actualización de las potencialidades que van a constituir el sistema del adulto. La progresiva estructuración de relaciones espaciales hacen que el niño adquiera noción de las variaciones, proporciones y tamaños. Más grande o más pequeño son conceptos que empiezan a tener significación en la actividad infantil, así como en sus hábitos y en sus relaciones con los demás. Otro

entre los cuatro y siete años

tanto sucede con las relaciones temporales, que enriquecen la noción de tiempo, ligado a situaciones cotidianas rítmicas o a la rutina diaria que el niño tenía hasta este momento; los conceptos de ahora, más tarde, más temprano, ayer y mañana cobran sentido y son utilizados. También durante esta fase se hace patente la comparación de las relaciones numéricas y el aprendizaje de los colores, aunque su aplicación práctica se vea limitada a lo más elemental. En general, puede decirse que entre los cuatro y los siete años acontece un enriquecimiento racional, quedando los objetos y representaciones de objetos y personas menos cargadas de afectos y emociones. Pese a la utilización de relaciones, la vida intelectual no llega a ser por categorías sino que, como toca a toda actividad de este período, se mantiene a nivel del pensamiento mágico y, aunque asentada en la realidad, está dominada por la fantasía y el juego. La credulidad infantil para los cuentos de hadas, de brujas, de enanos y gigantes, sólo se explica porque corresponden a creaciones acordes con el pensamiento mágico, en el cual fuerzas desconocidas pueden ser la causa de acontecimientos sobrenaturales.El mismo tipo de actividad se demuestra en el juego, donde la fantasía cambia y modifica el mundo real, para concordarlo con los deseos del niño que juega. Es ésta, la edad denominada pre-escolar o del jardín de la infancia, en que por primera vez se plantean, práctica y sistemáticamente, problemas sociales, de relación interpersonal, de juego reglamentado con otros niños. Ello encierra la comprensión de ciertas reglas y la aceptación de otras. Se va constituyendo así un código ético, con normas aceptadas o no, de disciplina y que comprende un rudimento de deberes y derechos. Toda esta actividad infantil, de la edad pre-escolar, se manifiesta en círculos sociales pequeños tales como el medio familiar y la escuelita. Somáticamente el final de la primera infancia, o de lo que así se consideraba, y el inicio de la segunda, están marcados por la segunda dentición y por un crecimiento mayor del cuerpo y de

de los cinco a los siete años

las extremidades. Esto acontece entre los cinco y los siete años. Luego sigue un crecimiento uniforme que dura hasta el comienzo de la etapa prepuberal, o sea, entre los nueve y medio y diez años. Hasta los 3-4 años el niño se ha socializado y ha quebrado algunos de sus amarres a la familia. A partir de este momento el ser en desarrollo empieza a imitar en los juegos la vida social de las personas mayores. Entre los ocho y los nueve años, existe una segunda fase de turbulencia con la que termina la considerada segunda infancia propiamente dicha, y empieza el desarrollo prepuberal que dura hasta los diez años y medio. Aunque la receptividad de los órganos de los sentidos no es mayor que antes, a partir de los seis a siete años, se incrementa considerablemente el rendimiento de los mismos pues las sensaciones se dan en el niño como percepciones, o sea que las sensaciones son elaboradas con los datos de la experiencia. La vida intelectual se enriquece con posibilidades de abstracción, aunque todavía no se alcanza la comprensión de lo abstracto. El pensamiento lógico de esta fase del desarrollo, permite la utilización de pruebas de inteligencia, tanto más cuanto que también se logra la comprensión del número y de los conceptos de variabilidad o invariabilidad. En este período se descubren asimismo la medida del espacio, la perspectiva de la temporalidad y las nociones de lo eterno y lo infinito. En cuanto a las posibilidades de expresión, debe mencionarse que el lenguaje del gesto pierde importancia frente al l enguaje oral y escrito. Aparece en esta época el lenguaje interior que permite la introspección, favorece la elaboración intelectual y facilita el aprendizaje. La imaginación y la fantasía mantienen gran relieve. En ellas juegan un gran papel las influencias externas, los juicios y aseveraciones de los mayores, especialmente de los profesores que, con frecuencia, son interiorizados sin crítica, constituyendo los introyectos. Los datos objetivos se entremezclan con las muy importantes fantasías creadoras, tal como se hace patente en los juegos

de los siete años en adelante

infantiles.La vida del niño debe estar dominada por la impresión del juego. Este puede ser solitario, en relación con el mundo exterior o llevarse a cabo en contacto con otros seres. Este último grupo de juegos cobra más importancia a medida que el niño crece. Progresivamente, el juego se carga de reglas y normas que los niños aceptan, crean, acatan, discuten o rechazan constituyéndose un mundo peculiar de relaciones interpersonales; la vida en sociedad, especialmente en el grupo social fundamental, o sea la familia, es de gran importancia en el desenvolvimiento y maduración del ser humano. Las relaciones interpersonales son en este período creadoras de afectos y origen de experiencias trascendentales y perdurables. Existe siempre conflicto adolescente entre las tendencias, afectos y emociones desbordantes del infante, y las limitaciones que a su expresión ponen en el niño la sociedad, la familia, los educadores. Este conflicto puede, o no, ser vivido angustiosamente. En ciertas ocasiones la represión de las verdaderas necesidades hace que ellas se satisfagan bajo formas simbólicas, absurdas o anormales. Los elementos personales para la vida bisexual están ya presentes sobre las bases culturales y humanas consideradas como adecuadas. Todo hombre adulto, considerado maduro, ha sido bebé y niño y lleva ambos consigo. A más de ello, para ser hombre normal, la infancia y la niñez deben haber sido normales : libres de inquietudes para la búsqueda del alimento, con tiempo disponible para que el ser juegue. Mejor todavía, la infancia debe haber sido tal que toda la actividad del niño, sin menoscabo de que se establezca la diferencia entre trabajo, juego y ocio, haya podido ser tomada por él como una serie de actividades lúdicas, algunas más serias, otras menos, pero en las que siempre haya podido verter los caudales inagotables de su fantasía. Es por ello que la segunda infancia es la edad escolar por excelencia, en la que el niño amplía el radio de sus intereses gregarios y siente su inclusión en un grupo social. Al entrar en la organización cultural se asientan las nor

mas valorativas. Con criterios progresivamente menos dependientes y merced a la orientación, cada vez menos significativa de los mayores, el ser construye su conciencia ciudadana. De igual modo, se aclaran los sentimientos de amistad y de justicia y se toma conciencia de las obligaciones y responsabilidades. Puede decirse que, desde el punto de vista de los planos personales, es durante la segunda infancia que se forma el ethos. El período llamado la pubertad, comprende la etapa prepuberal y la pubertad propiamente dicha; la primera se extiende entre los diez y los doce años; físicamente se caracteriza por un crecimiento longitudinal acelerado. La etapa puberal propiamente dicha va desde los doce años a los quince años en las mujeres, y de los catorce a los dieciocho años en los hombres; tanto en los varones como en las mujeres, desde el punto de vista somático, el crecimiento longitudinal prosigue pero lo más ostensible y típico es la aparición de los caracteres sexuales orgánicos secundarios. Uno de éstos, ha dado el nombre a la etapa misma; pubertad viene de púber, pelo y pubere, cubrirse de pelo. La pubertad es a grandes rasgos, como período tomado en general, una época atormentada, llena de contradicciones, de altibajos, de inestabilidad y de inseguridad tanto en los fines a conseguirse cuanto en los medios para lograrlos. Todo este acontecer se hace más patente en la etapa prepuberal, al principio de la cual la relación entre el yo y el mundo se torna rígida y quebradiza. Las adquisiciones intelectuales son criticadas y utilizadas egocéntricamente, lo que favorece el proceso interior de maduración intelectual. Se empieza a estructurar una concepción del mundo fundamentada en elaboraciones teóricas, resultado de operaciones de pensamiento abstractivo en las que se utilizan las categorías de causalidad y comparación. Con ello van disminuyendo muy considerablemente los elementos mágicos que dominaron la vida del niño y las fantasías giran en torno a los contenidos de la realidad centrados alrededor del adolescente, que los a

primera fase de la pubertad

comoda a sus deseos y aspiraciones ilimitadas. Esto se ve favoreci - do por la ávida lectura de libros de aventuras y vi jes que descri-- ben grandes realizaciones que el muchacho revive luego imaginariamen te siendo él el actor principal, el héroe incomprendido. Simultánea- mente y avivado por las mismas contradicciones del acontecer inte -- rior, surge un agudo sentido crítico hacia sí mismo, que se extiende hacia los demás y a los objetos. La vida interior es riquísima y tor turada, el exterior es desmañado. Por su introversión afectiva la re lación interpersonal es fría en general.En esta etapa el muchacho re cibe enormes influencias del ambiente pero se mantiene hermético, no se abre ante el mundo, antes bien, se retrae y aísla con excepción de algún amigo con quien se establecen lazos íntimos que parecen in- quebrantables. Se van modificando algo los lazos con la familia, tan to más cuanto que los conflictos entre padres y adolescentes suelen ser frecuentes por la incomprensión de los primeros y la desconfian- za de los segundos. Simultáneamente con lo anterior, se hacen paten- tes los esfuerzos de integración de lo individual con lo universal y se esbozan, como proyectos e ideales, los primeros etisbos de una o- rientación definida y de una posición personal balanceada, realista y responsable ante los conflictos de la vida diaria o ante los pro-- blemas metafísicos y éticos. La adolescencia o juventud ha sido sub- dividida, según algunos autores, en dos y según otros en tres perío- dos. Menos forzada es la subdivisión en dos, y siempre teniendo en cuenta que el pasaje de una a otra no es, ni mucho menos, precisa y delimitada, sino que ellos pueden describirse por ciertos caracteres predominantes. El primero de ellos es la edad de la impertinencia, el segundo es de maduración e integración personales. Mucho más rea- lista, aunque menos pedagógico, sería describir la continuidad del acontecer durante la adolescencia, pero esto equivaldría a relatar una historia individual, confusa y hasta contradictoria de luchas y conflictos que, normalmente, disminuye a medida que prosigue

el desarrollo. De los doce a los catorce años, el cuadro del desarrollo se ve dominado por el tumulto de la eclosión de la genitalidad puberal y por el desencadenamiento de afectos cambiantes, pero considerados eternos por quien los vive merced a los cuales el adolescente resuelve el problema de la elección del objeto amoroso. Las relaciones del joven con el mundo se van ampliando en la medida en que ellas favorecen el logro del objetivo que, en principio suele ser sólo ideal, quedando lo sexual en un segundo plano e incluso siendo rechazado por indecoroso. Esto es debido a la educación recibida y a las presiones sociales concomitantes y correspondientes. Las contradicciones puberales, adolescentes, alcanzan un grado mayor en lo que respecta a la genitalización. Esta significa la diferenciación de la sexualidad orientada hacia el logro de la intimidad, que aboca a la relación penetrador-penetrado. Con demasiada frecuencia el proceso de genitalización está colmado de dificultades internas y externas, tanto de tipo psicológico como de índole puramente práctico. Tampoco se rompe todavía del todo el egocentrismo esencial de la pubertad. Narcisísticamente el joven encuentra en sí mismo un objeto de amor sexual. De allí la masturbación (presente en el 70 % a 90 % de los adolescentes de ambos sexos) favorecida por el desconocimiento de la forma de cómo establecer los vínculos sociales, cargados de sexualidad, conducentes a una relación genital que satisfaga, plenamente, las tendencias instintivas en tensión. También es en esta época cuando las dudas en la elección del objeto de amor y la interiorización vivencial favorecen el establecimiento de relaciones de camaradería muy estrecha con adolescentes del mismo sexo. Dichas relaciones conllevan matices homosexuales. Normalmente, en el tiempo subsiguiente, estos lazos son reemplazados por los heterosexuales establecidos con seres del sexo opuesto. La angustia e inestabilidad interiores se hacen manifiestas en la agresividad y los caprichos del adolescente durante estos

años. El alejamiento del joven de su hogar se hace más notable y los conflictos con la familia más ostensibles e incontrolables. El ya logrado dominio de los procesos intelectuales hace más fundamentadas las críticas juveniles a los sistemas establecidos y la consiguiente rebeldía ante la autoridad, particularmente si es incompetente, arbitraria, contradictoria e inconsecuente. Durante la segunda fase de la pubertad propiamente tal, prosiguen los aconteceres señalados más arriba, pero ellos se amenguan paulatinamente. Se hacen más manifiestos, en cambio, diversos procesos que, si bien estuvieron presentes desde fases anteriores del desarrollo, no habían cobrado todavía particular importancia o se manifestaban desordenadamente. La segunda fase de la pubertad es, por así decirlo, de readaptación al ambiente, de organización interna y de armonización de las actividades del adolescente con sus posibilidades reales. Nada de ello se logra de inmediato ni tampoco se equilibran prontamente las fuerzas en juego. Los impulsos y afectos han encontrado su orientación hacia determinado tipo de objetos a los que el adolescente se dirige por vías cargadas de "ismos" : romanticismo, erotismo, subjetivismo, materialismo. El objeto heterosexual hacia el cual se vierte la actividad del adolescente, por lo general es ensalzado e idealizado. Simultáneamente suele presentarse una admiración sin límites ni reservas hacia un ser del mismo o del otro sexo, considerado superior. Este proceso de identificación es tanto más marcado cuanto mayor es la distancia entre el joven y su familia. La identificación pierde importancia con el correr del desarrollo que va reafirmando la identidad de cada cual. Las identificaciones homosexuales van a su vez perdiendo importancia frente a las relaciones que se establecen por el flirteo heterosexual. Ellas habrán de conducir a las primeras experiencias amorosas que son, probablemente, lo más característico de esta etapa. No deben aquí confundirse aquí relaciones amorosas con relaciones genitales. En este momento del desarrollo, el término amor ha de considerarse que es una mezcla de amistad, romanticismo, erotismo y

segunda fase de la pubertad

identificación e identidad

sexualidad. En los adolescentes, particularmente en las adolescentes el componente genital puede, hasta que se cumplan determinados requisitos, quedar restringido sin abocar a una relación de penetración completa. Ello no significa que, incluso en esos casos, la relación interpersonal no pueda tener un alto contenido libidinal. Este término corresponde a la tensión o carga de diversas tendencias instintivas y no exclusivamente sexuales. Durante la etapa prepuberal, el joven había tornado su reflexión hacia sí mismo, lo que le permitió tomar conocimiento de su mundo interior. La riqueza y las posibilidades intelectuales a su alcance, su contacto cada vez mayor con el mundo exterior inanimado y su relación, cada vez más estrecha y humana, con otras personas, hacen que el adolescente enriquezca su ser y tome conciencia de sí como portador de algo valioso. Esto significa el surgimiento de impulsos de autoafirmación. Con ello se descubre la posibilidad de, por esfuerzo voluntario, volcarse el individuo, sea hacia el propio mundo interior o hacia el mundo exterior según los casos y, dentro de ciertos límites, por propia determinación. Surge entonces la conciencia de la propia libertad y de la autonomía, todo lo cual va reforzando la propia identidad. Las diversas vivencias son valoradas, a veces defectuosamente, y son transformadas en ideales, como el de sí mismo. El logro de los ideales y su perfección futuros, habrán de conseguirse llevando a la realidad proyectos, que el adolescente elabora entremezclando los resultados del más acendrado análisis lógico con los desenfrenos de la imaginación y del soñar despierto. Los esfuerzos descomedidos en pro de la realización de los proyectos personales, la necesidad de expresión creadora inherente a la pubertad, la oposición entre el altruismo y el afán de afirmar los valores personales, los impulsos desaforados de autoafirmación, la orgullosa conciencia que el joven tiene de poseer la verdad, la inseguridad resultado de frustraciones, la arrogancia que se desprende de las proezas

cumplidas, las fantasías en torno a las hazañas que se llevarán a cabo, son algunos de los tantos factores cuya acción psicodinámica, mezcla de elementos conscientes e inconscientes, se expresa en la denominada crisis de originalidad juvenil. Ella acontece entre los 17 y los 18 años, algo antes en las mujeres y marca el final de la pubertad. Con ello no quiere decirse que el sujeto es ya "maduro".

La crisis de originalidad juvenil

Desde la crisis de originalidad juvenil el ser humano ha de confrontar muchos problemas y lograr un mayor grado de integración personal y social. La estabilidad del ánimo y la adaptabilidad social e intraindividual presuponen experiencias vividas, resolución de conflictos, acomodo a situaciones, modificación de proyectos y todo esto no se alcanza de inmediato ni fácilmente. Durante los últimos años del período denominado de la adolescencia, el sujeto ha de sufrir, de modo cada vez más objetivo, los embates del mundo circundante y los de la realidad condicionada por sus posibilidades y limitaciones personales. Es interesante que adolecer, que expresa sufrimiento, y adolescente, tienen la misma raíz (adolecere). Para madurar el ser humano debe sufrir*. Al principio de la adolescencia predominaban en el joven la orientación de sí mismo hacia sí mismo con la consiguiente introversión. La actividad social creadora y productiva era relativamente pobre, determinada por las condiciones de su ambiente y por el azar. Los camaradas de esa época tenían en común sus secretos antes que sus realidades personales, sus conveniencias o sus intereses. Con el correr del tiempo los impulsos gregarios conducen a la formación de grupos de jóvenes solidarios, con intereses comunes, estructurados y organizados por adultos (scoutismo, grupos juveniles, clubes deportivos). Al final de la pubertad se suele menospreciar la dirección de los adultos y los jóvenes se agrupan por afinidad personal, sin objetivos claramente definidos, formando un grupo unido por la confianza mutua y que actúa en bloque frente a la intromisión de extraños, bien sea de individuos o de otros grupos. Este es el ori--

(*) Es por ello que usualmente se considera que adolecer es sufrir. Etimológicamente, la acepción más correcta es que el término adolescente procede de *adulesco*, o sea, crecer.

gen de las "pandillas", "muchachada del barrio", de las "cuerdas" y "patotas". Se hace patente la lucha, en grande o pequeña escala, para los efectos de lograr una autoafirmación personal y grupal a través del despliegue social. A veces no se logra autoafirmación sino frustración. Sea cual fuere el resultado de la acción conjunta del grupo, los individuos que lo integran modifican sus intereses y sus proyectos personales. Con ello viene la disolución del grupo, su reestructuración y el cambio, total o parcial, de sus integrantes, muchos de los cuales mantienen sólo una relación ocasional, por razones sentimentales, con esa "pandilla" o "patota" que, en determinado momento, pudo parecer indisoluble, invulnerable y absorber buena parte de las actividades diarias de cada uno de sus miembros. Alrededor de los 16-18 años, suele llevarse a cabo un reajuste de la tabla de valores. Este es un momento propicio para los cambios de fe y de las normas de vida ya que, para alcanzarlos se dispone de los medios intelectuales y de la maleabilidad suficiente. Las frustraciones y falsas victorias, logradas en años anteriores, caen bajo la autocrítica y el adolescente se exige en ese momento modificaciones, quizás radicales pero, probablemente, más acordes con la realidad ya que se fundamentan en vivencias analizadas con menos rigidez y egocentrismo que en años anteriores. El problema de la elección de la profesión, que fuera anteriormente resuelto de plano mediante un proyecto ideal ("ser un gran médico", "hacer grandes descubrimientos", etc.) cobra al final de la adolescencia proporciones realistas. Hasta determinado momento de la adolescencia se había exigido ayuda sin siquiera considerar las propias responsabilidades ("necesito tal libro") o sin aceptarlas (como cuando el adolescente pide algo prestado a su padre sin importarle las consecuencias). En el momento en que la necesidad de ayuda se contrapone seriamente a la aceptación de la responsabilidad, o cuando cualquiera de ellas implica para el sujeto una mengua en el ejercicio del libre albedrío, se originan

conflictos que exigen una solución. Tal es el caso de todo ser en quien el sistema adolescente se aboca al conflicto de elegir su profesión, escoger una pareja o, más ampliamente, de orientar sus actividades. Cuando el sujeto ha logrado, dentro de ciertos límites, resolver convenientemente las primeras situaciones conflictivas planteadas por el hecho mismo de vivir, con libertad relativa en un grupo social determinado, puede decirse que se ha expresado de modo que se puede considerar maduro. El período designado como de la adolescencia, varía considerablemente de individuo a individuo, así como según las épocas y culturas. Hoy en día, en nuestra cultura occidental, el comienzo de la llamada edad adulta se ha establecido, legalmente, a los 18 años cronológicos. Ello no significa que e bebé, el niño o el adolescente hayan desaparecido y menos aún que el individuo haya madurado. Las primeras fases del desarrollo no llevan al individuo con independencia relativa de sus propias posibilidades. Las expresiones de madurez se presentan en el curso de toda la vida. Por otra parte muchos aspectos de la maduración implican un esfuerzo personal, un despliegue motivacional, un daca y toma que el sujeto se impone en mayor o menor medida. Tal sujeto se expresa más maduramente gracias al impacto de circunstancias inesperadas. Otro llega a expresiones maduras más frecuentes después de infructuosos intentos por acometer imposibles. La madurez no es pues un estado sino la condicencia de la expresión del sujeto con su realidad interna y externa. El sujeto también prosigue su desarrollo, incluso a niveles inconscientes, por evolución pasiva o en tanto que van cambiando y envejeciendo sus células y tejidos. Lo que se quiere resaltar es que el despliegue del ser se desenvuelve, en buena parte, por la acción de la parte adulta y del anciano que hay en cada cual. Lo característico de la madurez es que el hombre crea su historia adquiriendo cada vez más autonomía, desligándose, mucho más que en períodos anteriores de su desarrollo, de aquello que lo encadena,

a partir de los 18 años

la madurez creciente y ancianidad

desde fuera y desde dentro de su persona. Es así como la madurez creciente está caracterizada tanto por la flexibilidad del individuo cuanto por su más adecuada agresividad. Ambas condiciones habrán de permitirle una adaptación más ventajosa y la obtención de gratificaciones personales que pueden ser valiosas si tales son los objetivos logrados que las originan. En cada persona la madurez se expresa de forma diferente e imprevisible. La madurez significa que el individuo alcanza el máximo de perfección posible en cada momento de su vida, dentro del medio cultural en que forja su presente. Pero tanto la madurez como el presente están marcados por su pasado y quedan ligados a su futuro. Recuérdese que los sistemas coexisten en el ser humano y que una fase del desarrollo no significa desaparición de ninguno de ellos sino que, durante dicha fase, algunos de ellos cobran preeminencia. Es indudable que durante la senectud amenguan ciertas posibilidades y capacidades individuales pero ciertas características de la senescencia hacen de esta edad un período merecedor de todo respeto. La ancianidad es un venero de creaciones imposibles durante épocas anteriores de la vida. El final de la adultez cronológica y el comienzo de la senectud son tan imprecisos como los límites entre cualquiera de los otros períodos de la evolución ontogénica. Si se piensa que la senectud empieza en el momento que se presentan los primeros signos de envejecimiento orgánico, o que un hombre es tan viejo como sus arterias, habría que considerar que la vejez empieza en la tercera década de la vida, cuando se presentan los primeros indicios de arterioesclerosis. Si se considera que la vejez comienza cuando se presentan las primeras modificaciones psicológicas debidas a la edad, dicho comienzo variará según los sujetos, ya que las modificaciones en cuestión son de naturaleza diferente en cada caso. Por otra parte, ciertos cambios personales debidos exclusivamente a la edad, como la ampliación de la perspectiva para el enfoque de los problemas, no pueden precisarse en su comienzo a no ser

que, se considere que ellos empiezan en el momento del nacimiento, con lo que se marcaría el comienzo de la vejez. Debe agregarse que si se toma un determinado síntoma como índice, por ejemplo la mengua de la capacidad física, el momento de presentación del síntoma en cuestión estará en relación no sólo con la intensidad del mismo sino con la precisión de los métodos utilizados para determinar su presencia. Arbitrariamente puede decirse que, por regla general, la capacidad individual comienza a decaer alrededor de los 55 años. Es importante recordar que los problemas de la vejez cobran cada día más importancia dado el aumento de la duración promedio de la vida en el mundo entero. Si bien las cifras varían de país a país, puede estimarse que entre mediados del siglo pasado y la actualidad, el aumento de duración de la vida ha sido hasta de diez años. Hay pues un envejecimiento general de la población particularmente en los países con altos niveles sanitarios. Con el aumento de la edad promedio, viene un enorme incremento del número de ancianos, lo que ha traído consigo la intensificación de los problemas psicológicos, económicos, médicos y sociales de los viejos. Así como el comienzo de la senectud varía de individuo, los cambios psicológicos varían en su presentación según los casos. Hay, sin embargo, una serie de características de la ancianidad que pueden ser consideradas como presentes, si bien en grado diferente, en todos los ancianos. La más aparente es la disminución de la memoria, tanto de la de fijación cuanto de la de evocación. Se altera más la evocación de hechos recientes que no la de hechos pretéritos. Es conocido como un anciano puede evocar ciertos incidentes de su vida actual, pero en cambio es capaz de contar con detalle sucesos de su juventud. Esta mengua en la memoria no implica forzosamente un menoscabo en la comprensión, antes bien, ésta puede mantenerse y hacerse extensiva a aspectos valorativos inalcanzables en otras épocas del desarrollo. Es importante recordar que el rendimiento en general y el intelectual en particular, se man

tienen, o sufren menos la influencia de la edad, en aquellos casos en que los sujetos siguen en actividad. En cambio el rendimiento decae rápidamente cuando el sujeto que envejece o el anciano, abandonan las ocupaciones que desempeñan. La persistencia del interés, la riqueza de las motivaciones así como una alta diferenciación de la personalidad, son también factores que protegen al anciano de la influencia, a veces devastadora, del tiempo.

6.- Orientación general del desarrollo

Entre cada una de las fases del desarrollo no hay diferencias netas definidas ni definitivas. Esto es tanto más comprensible si se piensa que el desarrollo es un proceso contínuo, ininterrumpido, con una orientación general ventajosa para el individuo. Este proceso no es lineal sino multidimensional. Acontece en la totalidad del ser en forma tal que se modifica continuadamente la integración de sus elementos. En otras palabras van cambiando la interacción de los sistemas integrados aparentes, así como las partes menos aparentes de las estructuras subyacentes. El desarrollo implica una diferenciación de lo indiferenciado. En el curso del mismo se introducen constantes en el flujo contínuo de variables que constituyen el acontecer durante las primeras etapas de la vida. Merced al desarrollo, el ser humano de egocéntrico se transforma en un ser social, gregario, interesado en la problemática ajena y no sólo en la propia. Esto acontece al par que disminuye la dependencia del individuo frente a otros individuos y frente a circunstancias del mundo exterior e interior. Buena parte de estos procesos son resultados de la progresivamente creciente libertad personal, encaminada voluntariamente hacia el logro de objetivos determinados y considerados como significativos. En el curso del desarrollo, la totalidad del ser se va modificando. Asimismo, los sistemas estructurales se van articulando diversamente. Persiste

siempre la posibilidad de expresión de situaciones y sentimientos pasados en conjuntos, variadamente y variablemente integrados, de acuerdo con la edad cronológica. Esto es válido para todos los impulsos básicos que, si bien corresponden abstractivamente al sistema del infante, tienen su expresión en los demás sistemas estructurales y ello de modo diferente según el período cronológico del desarrollo. En este sentido cabe comprender que los impulsos de autoafirmación del sistema del infante son egoístas e intensos. Tienen la rigidez de las conductas primarias y están referidos a situaciones significativas inmediatas. Su sentido es el goce, el logro del placer. En el sistema niño la autoafirmación es internalizada y se expresará con significados de imposición sea a corto o a largo plazo. Su sentido es el vencer y ganar. En el sistema adolescente la autoafirmación es incierta y ella es resultante de la solución -generalmente temporal y provisional- adecuada o no, de un conflicto. Su sentido es tener la razón a toda costa. La autoafirmación concerniente al sistema adulto es egocéntrica, rígida, normada por la lógica. Puede ser a largo plazo y sus contenidos son desapasionados, su sentido es concordante con la realidad. La autoafirmación del sistema anciano integra armónicamente los diversos impulsos de los sistemas y, por consiguiente, variará en cada momento o situaciones, gracias a la flexibilidad del sistema anciano. La autoafirmación del ser en cualquier instante de su vida puede corresponder a cualquiera de los sistemas estructurales, pero en cada momento cronológico - de acuerdo con la situación y con las características generales del desarrollo, desde el nacimiento hasta la muerte, planteadas anteriormente - se podrá expresar cualquiera de los sistemas estructurales, si bien las posibilidades de expresión de uno u otro se ven aumentados por la correspondencia cronológica con alguno de ellos.
En otras palabras, en los primeros años se expresará preferentemente y predominantemente el sistema infante. Entre los 3-4 y los 9-10 se

expresará preferentemente el sistema pueril. Entre los 10 y los 18 el sistema adolescente, a partir de lo cual se expresará el sistema adulto, El sistema del anciano, como madurez puede alcanzar una expresión máxima relativa en todos y cualquiera de los momentos de la vida. El desarrollo adecuado, armónico y congruente significa una madurez creciente con la edad.

El conocimiento del desarrollo humano y de los hechos que lo caracterizan es también importante para comprender las diversas conductas, especialmente en los casos en que en ellas aparecen comportamientos más característicos de épocas anteriores del desarrollo. Este último fenómeno es el que, psicológicamente, se conoce como regresión. Parte del desarrollo integrativo del ser humano significa el desaprendizaje de conductas aprendidas anteriormente. Tanto este desaprendizaje cuanto el proceso de maduración integrativo, que conduce a un incremento de las características del anciano en el ser que va aumentando en edad, tienen que afrontar la resistencia al cambio. Esta es apreciable no sólo en el individuo sino en la misma sociedad. Esto explica la razón por la cual los errores educativos se siguen repitiendo de generación en generación y ello explica también la razón por la cual ciertas situaciones, incorporadas o introyectadas, se mantienen pese a que el individuo sabe que no le son adecuadas ni son convenientes para su genuino desarrollo.

El desarrollo no es tampoco y siempre un proceso de progreso. Téngase presente que en el curso del desarrollo se producen modificaciones de los sentimientos primigenios del infante y del niño en otros que en el adulto corresponden a síntomas que van de lo anormal a lo patológico. El terror de la infancia se presentará como fobia; el miedo primitivo como angustia; el dolor - particularmente el no expresado - como depresión; el rechazo sentido por el infante se convertirá luego en la timidez en los años ulteriores del desarrollo; la soledad de los primeros años se convertirá en autismo y ais

lamiento; la sobreprotección será luego la inseguridad en etapas ulteriores de la vida; las exigencias desmesuradas se expresarán más tarde como compulsiones y/o obsesiones; las represiones sistemáticas, las restricciones en la expresión genuina se expresarán, con el correr de los años, en vergüenza y rubores. Para que acontezcan estos cambios entran en juego los llamados mecanismos de defensa que impiden sentir los sentimientos originales reemplazándolos por los que luego se convierten en síntomas molestos. Todos estos acontecimientos suceden sin participación voluntaria del individuo. Lo intolerable de la situación primigenia es reemplazado por lo que puede ser aceptado, cuando menos aparentemente, a nivel consciente, por uno mismo y por el otro. El desarrollo en estos casos viene a ser simplemente una afirmación de la propia patología.

CAPITULO VII

DIALECTICA DE LA CONDUCTA

1.- El campo psicológico

El ser humano no está solo sino, forzosamente, acompañado esto es, en relación con el mundo que lo rodea. En otras palabras, entre el ser humano y su mundo circundante, se establece un juego de fuerzas, de acciones y reacciones, que constituye lo que se conoce como campo psicológico.

En las diversas circunstancias de la vida, el campo psicológico variará consecuentemente, incluso tratándose del mismo individuo. Por ejemplo, un hijo de familia vive diversas situaciones simultáneas en un momento determinado : en el hogar, pocos instantes después en el microbús que lo conduce a su trabajo, luego en su oficina, en el restaurante donde va a tomar café y así sucesivamente. En suma, en el curso del desenvolvimiento de sus actividades, las circunstancias vitales del hijo de familia del ejemplo van variando incesantemente y se producen modificaciones del campo psicológico. El origen de éste, cuando menos su punto de partida, está en el individuo. Tal es el caso cuando al sujeto del ejemplo, se le ocurre salir de su casa a determinada hora, o decide alquilar un automóvil en vez de viajar en microbús. Fuera como fuere, la conducta del individuo viene a ser el

conjunto de modificaciones del campo psicológico consideradas desde y hacia el sujeto, que puede sufrirlas pasivamente, o ser el agente activo de las mismas. Entre el ser y el mundo se establece un contínuo juego de transacciones dialécticas, cuya variabilidad es función de la libertad de los participantes para cambiarlas.

2.- La psicomotilidad y el comportamiento

Los aspectos psicomotores de la conducta, constituyen la psicomotilidad, que es la parte objetivable de la conducta, su aspecto expresivo. En la psicomotilidad intervienen, formando una unidad integrativa, todos los aspectos abstractivos psicológicos y los mecanismos expresivos. Algunos de estos mecanismos de expresión se manifiestan a través de movimientos tales como los gestos y ademanes. Otras formas de expresión son por variaciones de la irrigación sanguínea como es el caso de la palidez y la rubicundez. Finalmente, existen otros mecanismos expresivos de tipo secretor, esto es, que funcionan en relación con ciertas glándulas que segregan jugos, como sucede con el lagrimeo y la sudoración.
Se entiende por comportamiento aquellas parcelas de la conducta, en tanto que reacciones o respuestas del sujeto - ante situaciones más o menos inesperadas, determinadas o experimentales - en lo que dichas respuestas tienen de observable. El concepto de comportamiento es pues, más restringido que el de conducta.

3.- Integrantes de la conducta

Al considerar la conducta, debe tenerse en cuenta que ella implica la existencia de motivaciones, que ella tiene significación y que, normalmente, persigue una finalidad. La motivación son las fuerzas intelectuales, o sea motivos, y las fuerzas emocionales o afectivas

que son los móviles. Los móviles, o sea las fuerzas de tipo emocio-- nal, son mucho más importantes que los motivos intelectuales como factores motores, dinamizantes de la conducta. Los móviles se asientan en el sistema del infante. Los motivos o razones surgen del sistena niño o del sistema del adulto, enunciándose como las "razones" por las cuales se "debe" actuar de tal o cual modo y no del otro.
En la conducta intervienen,como factores integrantes, todas las parcelas abstractivas del ser, esto es : personalidad, inteligencia, vida afectiva, sistemas constitutivos, etc. que le confieren justamente un sello personal, aún en aquellos casos en que la conducta está canalizada, o se ha tornado rígida por acción de los estereotipos sociales o culturales, que corresponden al niño con autoridad incorporada.
En su enorme complejidad, la conducta es un conjunto de fenómenos fisiológicos, motores, expresivos, por los cuales un organismo pretende reducir las tensiones existentes en su campo psicológico y realiza sus posibilidades personales. La conducta entraña pues, un sinnúmero de operaciones concretas - como el estirar la mano hacia un objeto apetecido - y simbólicas - como el saludar respetuosamente a determinado personaje - Ambas operaciones suelen estar representadas en cada acto de conducta, si bien suele una predominar sobre la otra.
La conducta"normal"en muchos casos lleva consigo contradicciones a diferentes niveles, variables según el caso particular. Tal sucede cuando se estira la mano hacia un objeto rechazado, o se debe saludar respetuosamente a una persona despreciada.
La conducta implica operaciones formativas interiores, esto es, autoplásticas, que modifican desde dentro al sujeto. Ellas pueden darse como actos fisiológicos - aceleración del ritmo cardiaco, cambios en el diámetro pupilar, etc. - o como actividad mental consciente o extraconsciente - Simultáneamente o sucesivamente, se hacen presentes las manifestaciones aloplásticas, esto es, la modificación de las

circunstancias externas merced a los aconteceres de conducta, en que el sujeto se vierte al exterior.

Esta exteriorización, puede tomar la forma de actos materiales y motores elementales y llegar, pasando por una gama de formas de expresión de más en más complicadas, a efectuarse mediante los procesos de comunicación interpersonal que son también una forma de conducta.

4.- Características de la conducta

La acción del sujeto dentro del campo de fuerxas psicológicas, comprende el juego incesante y variable de los múltiples factores que intervienen en aquello que se denomina conducta. La acción puede ser consciente, voluntaria, inconsciente, automática, o bien puede la conducta ser justamente la inhibición de actuar. En todos los casos, las características de la conducta, están estrechamente relacionadas al nivel de atención o de vigilancia de la persona.

De lo dicho se desprende, que la conducta se desenvuelve con continuidad en el tiempo. Ella está jalonada por la ritmicidad determinada por la alternancia de la vigilia y el sueño. La polaridad de la conducta se puede apreciar también en las variaciones del campo psicológico que van de la relajación a la tensión y viceversa.

Las situaciones de tensión son aquellas durante las que se mantiene un estado máximo de alerta. Ellas corresponden desde un punto de vista psicofisiológico, a las situaciones de stress. Con frecuencia las situaciones de tensión son vividas con ansiedad. En las situaciones de relajación, el campo de conciencia queda en una relación laxa con la realidad circundante. La conducta en relajación suele ser vivida con paz interna. Esta es la condición denominada ataraxia.

La continuidad y ritmicidad del campo psicológico van a mano con su fluidez, ininterrumpida durante todo el curso de la vida misma. Tampoco durante el sueño se interrumpe completamente el fluir del campo

psicológico, ya que el sujeto que duerme mantiene, con mayor o menor objetividad para el observador, una relación de índole personal con su circunstancia. Durante el sueño hay en el durmiente manifestaciones de actividad psicomotora. Estas son más variadas durante los períodos de sueño REM (o sea, de movimientos rápidos de los ojos) durante los cuales a su vez tienen origen los sueños del durmiente.
En mayor o menor grado, durante todo el curso de la conducta existe - potencial u objetivamente - la posibilidad de síntesis subjetiva de los varios aspectos en juego. Es también inherente a la conducta la posibilidad de que, simultáneamente, actúen y se manifiesten las más diversas fuerzas interiores del sujeto, así como las exteriores a él, conformando una malla, a veces inextricable, en la que al tirarse de un hilo se modifica la forma y la estructura de todo el tejido.

5.- Dinámica de la conducta

Ya se ha dicho que todo acontecer psicológico transcurre en el tiempo. Tratándose de la conducta, ella no se presenta íntegramente en cada instante, sino que se manifiesta en ciclos de comportamientos que se despliegan históricamente en el tiempo. Los ciclos de comportamiento pueden superponerse unos a otros. Si se abstrae un ciclo, pueden distinguirse en él cuatro fases, cuya ordenación temporal, histórica, constituye la dinámica de la conducta. Las fases que componen un ciclo, no se suelen presentar claramente delimitadas, pues ellas se integran en la unidad y continuidad de la conducta misma. Pese a ello, su descripción es necesaria para adentrarse en la realidad del acontecer diario de cada cual.
La primera fase es la puesta en marcha del acto o ciclo de la conducta. Está dominada por las tensiones instintivas y afectivas, así como por las surgidas del interés y el afán de conocimiento. Es la fase donde la motivación, como motivos y móviles, tiene un papel preponde-

rante. Desde un punto de vista psicobiológico, la puesta en marcha del ciclo de conducta, depende de la actitud adoptada por el sujeto frente a las tensiones originadas en su campo psicológico. A su vez, la actitud depende de las necesidades que el sujeto cree poder satisfacer. Entre las necesidades más usualmente en juego deben mencionarse, la necesidad de afecto, la de seguridad emocional y la de lograr significación personal. La búsqueda de la seguridad y del poder, son el factor común denominador de muchas de las actitudes y motivaciones del ser humano. Ampliando algo más el criterio, cabe decir que la conducta variará con la personalidad de la gente, y que la conducta sana es autoafirmativa.

Durante la segunda fase del ciclo usual de conducta, cobra primacía lo intelectual sobre lo instintivo o afectivo. Esto es, del sistema adulto sobre los sistemas del infante y el niño. Es la etapa de la búsqueda de los medios, que no existe cuando se trata de la conducta automática. La búsqueda de los medios, entraña la elaboración de un plan más o menos detallado. En este proceso, suelen presentarse los conflictos conscientes, tanto en relación con los medios, cuanto en lo que concierne a los fines de la conducta que el sujeto agente se ha propuesto y es capaz de prever. Todo esto corresponde a la movilización preferencial del sistema niño (autoridad incorporada e introyectada) y del sistema adolescente.

La siguiente fase es la de terminación. Ella puede estar dominada, sea por la obtención del objeto-fin,o bien por la frustración del objetivo . Debe recalcarse que, desde un punto de vista personal, el objeto de la conducta, nunca es objeto esclusivamente, sino que siempre es objeto-fin, cuyo logro adquiere significación, finalista y personal, en tanto que meta u objetivo alcanzado.En la fase de terminación no sólo importa, pues lo cognitivo, o sea lo intelectual, sino lo pático que es lo emocional. La relación entre el agente y el objetivo es pues, al par, material y afectiva. El aspecto

finalista de la conducta sana le confiere sentido autoafirmativo.La penalidad y la autoafirmación existen, incluso en aquellos casos, que son la mayoría, en los que la conducta es ajena al conocimiento objetivo e independiente del mismo. Así, un sujeto sediento integrará su conducta hacia la obtención de agua, aunque no sepa nada acerca de las propiedades fisioquímicas del objeto-fin de su actividad. Cuando el ser sediento haya conseguido agua, sentirá que ha logrado su propósito y se estará autoafirmando. La conducta en este caso es asertiva. Todo ello lleva a considerar la siguiente fase de la conducta.

La cuarta y última de las fases de la conducta es la de efectos secundarios. Estos se presentan como consecuencia de todo tipo de conducta, y cualquiera que haya sido el comportamiento en cada caso. Si bien es cierto que los efectos secundarios variarán en su sentido y significación, personales y ambientales, según cual haya sido la terminación del ciclo de conducta, ellos son siempre autoplásticos y aloplásticos. Los primeros corresponden al efecto de la conducta sobre el sujeto, en razón de que cada ciclo de ella puede ser considerado como una vivencia o un conjunto de vivencias. De esto se desprende que una de las consecuencias fundamentales de la conducta es el aprendizaje. Toda experiencia vivida enseña algo. La enseñanza puede servir para orientar, más convenientemente o hacia otros objetivos, los futuros ciclos de conducta. Por lo general, el sujeto rehuirá las formas de conducta fallidas y repetirá aquellas coronadas por el éxito. Cabe siempre, además, la posibilidad de modificar cada ciclo de conducta. Esto en forma tal que concluya, cada vez más constructivamente para el sujeto, en tanto que se integren más adecuadamente los fines, los medios y las posibilidades, tanto del agente, cuanto de su circunstancia, estrechamente unida en el vaivén tensional del campo psicológico.

Los efectos secundarios aloplásticos son los que se manifiestan so--

bre el medio social (como cambios en las relaciones interpersonales) y en el medio físico (cuando la conducta ha producido variaciones en la estructura del ambiente geográfico, de la apariencia de los objetos, etc.). Por lo general, toda conducta tiene efectos aloplásticos múltiples que, a su vez, se convierten en agentes de nuevas formas de conducta en el mismo, o en otros sujetos de su mismo grupo o de grupos diferentes. Se observan así los orígenes de los círculos dinámicos funcionales de conducta, constituídos por varios o diversos ciclos que comparten variaciones dependientes de los efectos secundarios pretéritos. La conducta es un proceso integrativo por lo cual el sistema del anciano encuentra su expresión en ella. "Dime qué haces y cómo lo haces y te diré quién eres" es lo que puede clarificar el papel expresivo de la conducta, uno de cuyos más significativos es, justamente, la conducta de abstención. El no llevar a cabo un acto, viene a ser la realización de otro. En este sentido, la vida del ser es el despliegue continuado de su conducta. Debe reconocerse que hay conductas activas, agresivas y conductas pasivas, receptivas. Ellas pueden variar y/o alternar en la misma persona, según los momentos y los lugares. La posibilidad de que esa alternancia o modificación pueda corresponder a un acto de libertad,es más saludable que lo que se plantea cuando la conducta es impuesta, sea desde adentro o desde afuera. Cuando no hay libertad, hay formas de conducta que se repiten, con efectos a veces favorables y generalmente desfavorables, siempre similares. Con mucha frecuencia los efectos resultantes de una conducta sin libertad suelen considerarse como resultados de la fatalidad. En estos casos se habla de : "buena suerte" "mala suerte", "ser suertudo", "mala pata". Psicológicamente, esta sucesión de acontecimientos, sobre todo en el caso de que ellos sean desfavorables y/o desagradables, considerada a la luz de los conocimientos sobre campo psicológico y dinámica de la conducta, se explica y se hace comprensible por la rigidez de los ciclos de conducta. Ella

puede tener muy diversos orígenes y causas que pueden derivarse, sea del individuo o sea de su circunstancia, así como de la invariada interacción de ambos en un campo psicológico que es inflexible y no se deje moldear por los efectos autoplásticos ni por los aloplásticos.

6.- <u>Finalidad y significado de la conducta</u>

Como todo acontecer psicológico, la conducta está cargada de finalidad. Cuando menos en buena parte, es el modo de realización de las propias y ajenas posibilidades. Por eso puede ser considerada como algo, significativo y resultante de la realidad individual, que a su vez es modificable por la acción personal y capaz de inducir cambios personales. En esta perspectiva se deben precisar los puntos siguientes :

6.1. Mediante la conducta, se mantienen los lazos entre el sujeto y el mundo que lo rodea. Los medios que se ponen en juego para ello son muy variados, y a su vez confiere significación personal a dicha relación que, normalmente, se fundamenta en una apreciación más o menos objetiva y completa de la realidad interna y externa del agente. Las fantasías, conscientes e inconscientes, los actos fallidos, los actos sustitutorios como el ensueño, son otros tantos medios que favorecen el despliegue o la inhibición de las posibilidades de actuar en cada ocasión.

6.2. La conducta está orientada a reducir la tensión del campo psicológico de cada cual. En ese sentido va dirigida la actividad descrita como dinámica de cada ciclo de comportamiento, particularmente en sus dos últimas fases.

6.3. Mediante la conducta el organismo realiza, o tiende a reali - zar sus posibilidades. En el caso del ser humano adulto y maduro, estas posibilidades son de despliegue personal e interpersonal productivos, orientados por los objetivos que cada cual considera más valiosos.

6.4. La intervención de la totalidad individual y externa en el campo psicológico, confiere a la conducta un carácter de desenvolvimiento histórico creador, que puede ser constructivo o destructivo.

6.5. Con relación a este último aspecto, es importante hacer notar la importancia que tiene la conducta como elemento expresivo de la interioridad personal. Agréguese que la dinámica misma de la conducta - dados los conflictos, frustraciones e inhibiciones que ella entraña - puede constituir un factor patológico y hasta la causa de ciertos desórdenes o enfermedades.

6.6. Lo dicho en el párrafo anterior permite aprehender que, a partir de los datos emanados del estudio de la conducta, pueden surgir normas para la terapéutica de ciertos transtornos, y más específicamente, normas psicoterápicas que habrán de adecuarse en cada caso individual.

6.7. La conducta tiene pleno significado cuando en el acto psicomotor se integran los aspectos personales con los circunstanciales, en forma tal, que se constituye una totalidad voluntariamente orientada hacia un objetivo que a su vez es significativo.

La conducta no es pues sólo algo interior al sujeto, sino que trasciende al mundo exterior y se presenta como un aspecto de la comunicación y de las relaciones interpersonales.

7.- Dialéctica de la conducta

La conducta del ser humano corresponde al presente. Para cada individuo, en un momento determinado, la conducta constituye su presente. Este se encuentra colocado como puente entre la latencia de un pasado que puede manifestarse en cualquier momento, y la potencialidad futura. La conducta puede, asimismo, expresarse en alguna forma intermedia entre los extremos potenciales que se describen a continuación.

Desde un punto de vista dialéctico, las potencialidades polares coexisten en el individuo, y su expresión o no, dependerá no sólo del modo de ser del individuo, sino de la circunstancia. En otras palabras, en un individuo usualmente tranquilo, cabe la posibilidad del enojo; un sujeto usualmente violento puede aparecer sumiso en determinada circunstancia. La conducta humana está conformada por expresiones que están en un punto extremo o intermedio de, entre otras, las polaridades siguientes :

Extratensión-intratensión.-	Depende de la orientación que el individuo da a sus impulsos, sea hacia afuera o hacia dentro de sí mismo.
Agresión-depresión.-	Según si el individuo tiende a verter sus impulsos contra los demás o contra sí mismo.

Expresión-impresión.- La extratensión y la agresión hacen que el individuo se exprese como tendencia opuesta al dejarse impresionar del individuo intratenso y deprimido.

Alterodestrucción-autodestrucción.- La tendencia a expresarse agresivamente puede producir daño en el otro. Esta conducta es alterodestructiva (de alter : otros). En cambio la intratensión y la depresión, son autodestructivas.

Sufrimiento ajeno-sufrimiento propio La alterodestrucción entraña el sufrimiento del otro destruído. La autodestrucción es el sufrimiento propio, el sentimiento depresivo.

Sacrificio ajeno-sacrificio propio Quien está siendo extratensivo, alterodestructivo, sacrifica a los demás, los martiriza. La potencialidad intratensiva entraña el propio sacrificio, la consideración de ser mártir.

Desenvoltura-inhibición.- En el primer caso, existe un menor control de los impulsos básicos. En la segunda situación, el individuo ejerce un gran control sobre sus impulsos.

Autoafirmación-autonegación.-	En la primera situación, el individuo valora altamente las propias realizaciones. Tratándose del potencial de autonegación, el sujeto minimiza sus propias realizaciones.
Extrospección-introspección.-	La extrospección está en relación con una modalidad externalizante en la conducta. La introspección entraña una orientación internalizante de las situaciones.
Progresión-regresión.-	La primera potencialidad corresponde a las posibilidades de avance, incluso ante situaciones adversas. En el segundo caso, el individuo tiende a reaccionar con modos de conducta predominantemente emocionales, correspondientes a etapas anteriores del desarrollo.
Ruptura de relaciones-mantención de relaciones	De acuerdo a la primera potencialidad, el individuo no tiene dificultad en el cambio de vínculos afectivos. La potencialidad dialéctica opuesta, entraña un afán de mantener las relaciones a toda costa.

Posibilidad para el establecimiento de relaciones-dificultad para el establecimiento de relaciones.-

En el individuo pueden coexistir, dialécticamente, ambas potencialidades. En muchas ocasiones esto sucede en función del sexo, de la edad como de la raza, o de cualquier circunstancia en la cual el sujeto exprese determinados prejuicios. Se encuentra, por ejemplo, fácil el establecimiento de relaciones con personas del mismo sexo, y difíci el trabar vínculos con personas de sexo diferente.

Desenfado en la psicomotilidad-torpeza psicomotora.-

En el individuo pueden coexistir potencialmente la desenvoltura psicomotriz, en ciertas circunstancias, con la torpeza psicomotora en otras. El tipo de psicomotilidad expresado, dependerá de la situación.

Anonadamiento del otro-vivificación del otro.-

La ruptura de relaciones es fácil si se anonada, se "mata" al otro. Quien busca apoyo, tiene que mantener vivo el objeto que lo sostiene.

Narcicismo-altruísmo.- En el primer caso, el sujeto expresa su potencial autoconstructivo, alterodestructivo, egoístico y egocéntrico. El otro aspecto es autodestructivo, alterocreador, altruista y afirmante de la otra persona.

7.1. Potencialidad extratensiva.- La expresión psicomotora es brusca. El sujeto por ejemplo, cierra las puertas con ruido, coloca los objetos con fuerza sobre la mesa, lanza los objetos con más o menos certeza. Este tipo de psicomotilidad está orientada hacia la autoafirmación. En muchas ocasiones concita admiración y es atractiva por el halo de seguridad que genera. En situaciones adversas, el sujeto se enoja y asume una actitud que se expresa en las conductas correspondientes al primer término de los dipolos en la situación padre-hijo, empleador-empleado, cónyuge dominante- cónyuge dominado. Este primer término es el que mantiene una actitud de superioridad psíquica dominante.
la actitud de esta naturaleza entraña una falta de repercusión afectiva en la comunicación. No hay emisión de retorno, y el individuo se limita a absorber información, escuchar y ver sin emitir respuesta de apoyo. Si hay emisión de respuesta, ella es con cualquiera de las características correspondientes al al primer término de las probabilidades descritas más arriba. El conjunto conductual transmite el mensaje "que se friegue el otro", lo cual a su vez causa resentimiento en la otra persona quien percibe una actitud de desprecio y altanería, que puede resumirse en un "me está fregando".
En el caso de conflicto, la alienación es considerada externa. El sujeto se expresa como fuerte e inalterable. Esgrime principios de modo intransigente. Hiere y es intolerable. Su conflic

to se vierte como impulsos explosivos que lo conducen a la violencia. Exige reconocimiento y respeto sobre la base de expresión de una seguridad y de un sentirse bien. En muchas condiciones no se altera y aparece como impasible y hasta insensible. Ofrece apoyo activo y manipula situaciones. Si es requerido, accede y concede, pero al mismo tiempo exige y plantea de modo egísta y egotista, constituyéndose en verdugo si es que se encuentra un mártir. La expresión de esto, corresponde a lo que se conoce como conducta psicopática, que es expresión de rasgos psicopáticos y que, en situaciones más marcadas y definidas, corresponde a los desórdenes psicopáticos de la personalidad.

7.2. La potencialidad intratensiva.- En la expresión de esta potencialidad, la psicomotilidad es suave y tersa. La repercusión afectiva es grande. El sujeto aparece como inferior y controlado por el otro (en actitud extratensiva, el individuo se presenta como superior y dominante). La expresión de la potencialidad intratensiva puede ser atrayente, y suele generar compasión. En la relación conflictiva, el sujeto crea en sí resentimiento, lo cual lo coloca en una situación de inferioridad correspondiente al segundo término de los dipolos o, relación padre-hijo, empleador-empleado, cónyuge dominante-cónyuge dominado.
La comunicación es retornada con términos que entrañan apoyo y caricia. La tabla de valores es precisa e inalterable, y las normas son más flexibles tratándose de los demás que de sí mismo Los conflictos se plantean como alienación interna, generando impresiones de debilidad y sugestionabilidad. De acuerdo con este potencial, el sujeto se acopla y se adapta a las situaciones. Es intransigente (o pretende serlo). Se siente herido con facilidad aunque aparece como tolerante. La solución de sus situaciones conflictivas se efectúa mediante implosiones, o sea ex--

plosiones hacia adentro, en las que el sujeto otorga pleitesía y reconocimiento que expresan inseguridad y un sentirse mal. El sujeto se altera, se siente sensible y emotivo y modifica las relaciones para no romperlas. Busca apoyo pues se considera débil, y resiente su pasividad. Es manejado, solicita y pide, cede ante presiones y acepta imposiciones. Es circunspecto para dar de sí.

Este potencial se manifiesta como lo que se conoce por las actitudes neuróticas del ser. De modo más fehaciente y marcado, se expresa como conducta neurótica. Si la sintomatología es manifiesta y hasta molesta, se tiene el cuadro de la neurosis.

8.- La conducta usual

La conducta constituye el despliegue simultáneo de las potencialidades, esbozadas como dialécticas, y que en más detalle se presentan en el listado a continuación.

Necrotrópico Biotropico Ultimo del Dr

Polaridad extratensiva	Polaridad intratensiva	
Modalidad externalizante	Modalidad internalizante	
Extrospección	Introspección	
Progresión	Regresión	
Agresión	Depresión	
Expresión	Impresión	
Alterodestrucción	Autodestrucción	
Autoconstructivo-Autoprotector	Alteroprotector-Sobreprotector	
Sufrimiento ajeno	Sufrimiento propio	
Sacrificio ajeno(martiriza)	Sacrificio propio (mártir)	
Verdugo	Ajusticiado	D.2...
Descontrol de los impulsos básicos	Gran control de los impulsos básicos	D.2
Desenvoltura	Inhibición	
Sobrevalorización de las propias realizaciones-Se siente héroe	Minimización de las propias realizaciones-Se siente basura	
Ruptura de relaciones	Mantención de relaciones	D.
Facilidad para establecer relaciones	Dificultad para establecer relaciones	
Desenfado motor	Torpeza motora	D.2
Alienación externa	Alienación interna	D 28
Fuerte	Débil	D 28
~~Inalterable~~ Descreido	Sugestionable	D28
Esgrime principios	Se acopla a situaciones	D28
Intransigente	Transigente	D28
Hiere	Se hiere	
Intolerante	Tolerante	D28
Explosiona	Implosiona	
Exige {reconocimiento, respeto}	Otorga {pleitesía, reconocimiento}	D 27
Seguro	Inseguro	D 27

En paz Tranquilo	Angustiado	28
Se siente bien	Se siente mal	28
~~No se altera~~ Inalterable	Se altera	28
Impasible - Insensible	Sensible - Emotivo	28
Tarja relaciones	Modifica relaciones	— 27
Ofrece apoyo	Pide apoyo	— 27
Activo	Pasivo	- 26
Manipula	Es manejado	— 27
Accede	Cede	— 27
Concede	Solicita	- 27
Exige	Pide	- 27
Plantea	Acepta	- 27
Egoísta - Narcisista	Altruísta	- 27
Egotista	Circunspecto para hablar de sí	
Autoafirmación	Autonegación	28
Rígido - Duro	Flexible - Blando	26
Objetos internos aceptados	Objetos internos rechazados	28

En la conducta extratensiva se adoptan actitudes o posiciones rígidas. En ambos casos, en ellas se plantean una impermeabilidad frente a los planteamientos ajenos, e incapacidad de modificación de la propia conducta en función de la realidad. La inflexibilidad y la llamada "fuerte personalidad" son, desde el punto de vista de la fenomenología dialéctica, elementos psicopáticos balanceadores, en muchas ocasiones de los aspectos intratensivos, "débiles", de la persona total. Tratándose de la inflexibilidad, de la rigidez, de la dureza, ellas hacen que el individuo se muestre inalterable frente a las situaciones más ricas en emotividad, más trágicas o hasta cómicas. No llega a percibir los matices emocionales que hay en los otros, o que se plantean en las relaciones de ellos con los otros. No perciben tampoco la realidad o la hondura de la emotividad del "problema", de aquellos con quienes ellos se relacionan. Se trata de que el potencial extratensivo, psicopático, constituye una barrera que dificulta la comunicación. Los rasgos y aspectos psicopáticos encastillan y encierran a la persona en el mundo de su propio bienestar o de su propio malestar, sin posibilidad de modificación de dichas actitudes, por lo menos de modo simple y fácil.Cuando esta actitud inflexible se fundamenta en la tenencia de principios morales, religiosos, de normas de conducta, en el respeto a las formas sociales y a las reglas para la relación, el potencial psicopático se expresa con el ya conocido "yo estoy bien" y, naturalmente, se desprende de ello que sólo el que tiene las mismas normas, reglas o principios está bien. Todos los demás están mal. No se puede establecer, pues, un diálogo en el sentido real del término, ya que lo único que se establece, es un monólogo a dos, a tres, o a más personas que "comulgan" con los mismos "principios". Hay entre ellas el elemento de conjunción, determinado por el sentirse en condiciones de superioridad frente a los demás; hay la noción del bienestar ya que no hay roces, hay la satisfacción de sentirse apo-

yado, y así sucesivamente. El individuo es entonces suceptible de formar parte de un grupo de gente cuyas actitudes psicopáticas tengan la misma orientación. Por otra parte, en vista de lo anterior, el sujeto sólo podrá formar parte de ese grupo que viene a ser ex--cluyente de toda participación en la realidad ajena. Tampoco será dable aceptar otros "principios", normas, leyes, etc. Cuando se manifiesta el potencial psicopático, la persona podrá decir que acepta otros planteamientos, pero en realidad no los escucha. Si los escucha no los entiende, si los entiende los critica, si los critica los encuentra inferiores a los que él utiliza. En última instancia, rechaza todos los "principios" que no sean los que él maneja.

Aquellos en quienes se expresa el potencial alteroagresivo, consideran que los inseguros son los otros, y se aprovechan de esa seguridad basada en la supuesta inseguridad ajena para ofrecerles un falso apoyo que les sirve para el manipuleo. El sentimiento fantasioso y arbitrario de su libertad alienante y contradictoria, se plantea en el sentido de hacer sólo aquello que les da la gana, o lo que les provoca. Esto suele ser agredir, y hostilizar, adoptando ambos ciertos modos de conducta como fregar, castigar, hacer daño, matar. Estos individuos les hacen a los otros aquello que no quieren que se les haga a ellos mismos. En su forma más acendrada, en este grupo se reunen los delincuentes, los desalmados, los fanáticos religiosos de sectas militantes y, en general, todos los militantes de sectas u organizaciones normadas por el poder del más fuerte y que a--bren la posibilidad de la expresión arbitraria de ese poder.

La dialéctica de la conducta normal oscila, pues, entre la autoafirmación y la autonegación, la alterodestrucción o la autodestrucción el manejo de los objetos externos o el no manejo de los mismos, el amor hacia el objeto interno (internalización del amor, narcisismo) y el rechazo hacia el objeto interno. La alienación externa hace que el individuo se sienta alejado del otro, reste importancia

a la problemática ajena y responda a ella muy frecuentemente con un chiste. Frente a esto, el individuo puede afrontar la problemática ajena sintiéndose comprometido con ella al punto de crearle angustia. La angustia es, por otra parte, la enemiga del amor del hombre. En la conducta intratensiva, la actitud interna, y la posición externa ante el otro, son fácilmente modificables, cuando menos en apariencia. La persona que expresa su potencialidad intratensiva hace al individuo sugestionable e influenciable. Ello hasta el punto de verse la persona emocionalmente comprometida en situaciones que no son realmente de su incumbencia. En estos casos la persona pierde su autonomía sana. La conducta intratensiva se genera en sentimientos de culpa y en la inseguridad. Todo ello es la base de un "estar mal". A partir de ello no puede establecerse un diálogo, a igualdad de niveles, ya que quien expresa su potencialidad intratensiva está partiendo de una posición de inferioridad expresa o implícita. Esto es particularmente notable en ciertas áreas psicológicas en las que la persona ha acumulado muchos introyectos. Tal es el caso cuando la persona va acopiando todos los consejos que se le van dando en torno a su salud, así sean ellos contradictorios. En este caso, el inseguro considera que los seguros son los otros. Por ello quienes expresan su potencialidad autoagresiva quedan a merced del manipuleo ajeno. La expresión del potencial intratensivo se acompaña con la fantasía de una merma de la libertad - que es real por lo que concierne a la libertad interna y fantasiosa en lo que respecta a la libertad externa - que conduce a hacer tan sólo aquello a lo cual el individuo se siente obligado, lo que la sociedad exige, lo que el deber obliga. El sujeto que expresa su potencialidad intratensiva norma su conducta por los "debes" y busca la perfección. La inseguridad y el sentimiento de fracaso incrementan la angustia y la soledad. El hombre necesita en esos momentos el amor y la cercanía de otro. Ello no es fácil porque el angustiado no puede amar, así como

tampoco puede odiar. Ante la falta ajena, se desarrolla el sentimiento de la propia culpa c n la ansiedad, sumisión y dependencia ante las figuras jerárquicas superiores. El individuo reacciona con respuestas tales como :"¡Aunque yo me arruine hay que ayudar al otro! ¿Qué quiere que haga?". En el aspecto intratensivo hay una menor capacidad de enfrentamiento y una menor liberación interior que en las condiciones extratensivas.

La conducta neurótica corresponde a la deformación de la realidad en función de sentimientos inadecuados a ella. Esto corresponde a la situación de infatuación con incapacidad para metabolizar los afectos penosos.

La conducta autoagresiva o autodestructiva está fundamentada en una inseguridad en sí y en los otros. En el uso de su libertad, estas personas presentan el capricho arbitrario como sen sentimiento fantasioso de una libertad alienante y contradictoria. Al preguntar,"¿Qué es lo que te provoca?" o "¿Qué te da la gana?", la respuesta es : agredirme, castigarme, hacerme daño, descansar para siempre, desaparecer, etc. Todas ellas son respuestas de tipo masoquista, autodestructivo. Estos seres se hacen a sí mismos lo que quisieran hacer a los demás.

El vaivén de las expresiones-represiones de las potencialidades extratensivas-intratensivas, es contínuo y complejo. Por otra parte, el encasillamiento del tipo de conducta variará según los puntos de referencia y según la actitud del que aprecia determinado acto de conducta.

CAPITULO VIII

MECANISMOS DE DEFENSA

1.- Complejos y conflictos

2.- Defensas contra el dolor, la angustia, el miedo y la tristeza

3.- Dialéctica de los mecanismos de defensa

3.1.- Mecanismos bitensivos

3.1.1. Regresión

3.1.2. Conversión

3.1.3. Negación (Denial)

3.1.4. Evitamiento

3.1.5. Sustitución, condensación, desplazamiento

3.1.6. Perfeccionismo

3.1.7. Complementación

3.1.8. Racionalización

3.1.9. Sublimación

3.2.- Mecanismos de defensa preferentemente extratensivos

3.2.1 Identificación (negativa)

3.2.2. Introyección

3.2.3. Dispatía

3.2.4. Proflexión

3.2.5. Unicidad

3.3.- Mecanismos de defensa preferentemente intratensivos

3.3.1 Identificación con el agresor

3.3.2. Proyección

3.3.3. Retroflexión

3.3.4. Disociación

3.3.5. Represión

3.3.6. Confluencia

1.- Complejos y conflictos

Desde que el ser humano nace se plantean interacciones entre los diferentes sistemas que conforman su estructura. Los impulsos y sentimientos básicos infantiles han de contraponerse con los mandatos e introyectos que corresponden al niño con la autoridad incorporada. Muchos de esos enfrentamientos corresponden al sistema adolescente pero hay contraposiciones entre los sistemas que no pueden englobarse en éste. Tal sucede por ejemplo con las situaciones en que, desde el punto de vista intelectual, el sistema adulto plantea la conveniencia de efectuar o no un determinado acto y ello se contrapone con las normas establecidas o con las necesidades básicas. Esto significa que el ser humano puede entrar en conflicto consigo mismo y naturalmente también con los demás. En la mayoría de los casos la persona ignora la existencia de tales conflictos en cuyo caso, cuando son inconscientes e involucran a sentimientos y necesidades básicas, se denominan complejos. Tanto los complejos como los conflictos, por su misma indefinición, por la contradicción interna que conllevan, por la hostilidad que despiertan en sí y en el otro, generan sentimientos desagradables y requieren solución . Los complejos y conflictos no resueltos causan malestar, en ciertos casos angustia, en muchos dolor y en otros tristeza. Son pues generadores de sentimientos desagradables, penosos, de los que el ser humano se defiende, inconsciente y conscientemente, por todos los medios. Los mecanismos de defensa son los procesos merced a los cuales el ser humano pretende desligarse de los sentimientos desagradables, generados en su conflictiva, sin llegar a solucionarla. Otras veces los mecanismos de defensa sirven para evitarle expresión de resentimientos intolerables, que causan dolor o se acompañan de dolor o de otros estados emocionales desagradables.

El dolor es el estado afectivo, el sentimiento, que el ser humano

quiere evitar a toda costa. Surge generalmente en todas las situaciones en que el ser humano sufre por el hecho de vivir. El dolor es la expresión del pesar por haber nacido. El dolor acompaña a los sentimientos desagradables como la angustia, la frustración y la soledad. Hay personas que sienten el dolor en sí mismas e incluso llegan a provocárselo. Son las personas masoquistas. Otras personas lo producen a los demás, son los sadistas.

El miedo o temor es el sentimiento que precede o acompaña a la posibilidad de la pérdida del propio bienestar. Hay quienes sienten mucho miedo y otros que lo sienten menos. Asimismo varía la proclividad para generar miendo en el otro o en los otros.

La angustia es el miedo con desconocimiento de la razón del sentimiento que se siente. Normalmente guarda relación con la pregunta : "¿Por qué?". Se mantiene porque en psicología no rige la causalidad y la pregunta : "¿Por qué?", emanada del pensamiento causal,no responde ni soluciona ninguno de los problemas que se plantea el individuo en el vivir y en el desarrollarse existencialmente. Normalmente la angustia es tolerable y hasta necesaria.En algunas personas la angustia es grande.En otras la angustia es pequeña o no la sienten en lo más mínimo. La angustia se presenta cuando al sujeto se le mueve una infancia dolorosa internalizada.

La soledad es el sentimiento de falta del otro. Si el otro está presente y el sentimiento de soledad persiste se tiene el aislamiento. La soledad corresponde a la falta de encuentro consigo mismo. Responde a las preguntas : " ¿Te sientes solo? ", " ¿Qué haces cuando estás solo? ","¿Qué sientes cuando estás solo?". Las afirmaciones frecuentes son : "No me gusta estar solo", "Me siento muy solo", "No aguanto la soledad".Algunas personas sienten la soledad generada por el hecho de ser rechazado. En esos casos la soledad brota de sentimientos tales como : "No le intereso a nadie", "Soy demasiado insignificante para que estén conmigo". En otras per

sonas la soledad es sentida como un : "Soy demasiado grande e importante para que me comprendan", "Me dejan solo porque estoy encima de ellos".

La frustración es el sentimiento doloroso resultante de no lograr lo esperado, de no satisfacer alguna necesidad. El grado de frustración es muy variable según cada persona y según la situación. Hay quienes sienten la frustración en sí mismos, originada por sí mismos. Esto sucede en quienes no se quieren a sí mismos, en los que están descontentos con lo que son, con lo que hacen y con lo que logran. Estos seres se frustran a sí mismos. En otros casos la frustración es sentida en sí mismo pero surge a partir de los otros; o sea que la frustración está en sentir cómo los demás son como aquel que se frustra. El sujeto frustrado considera que le han fallado, que no lo han seguido, que lo han abandonado; él mismo no se siente fuente de su frustración : son los otros los causantes de ella. En cualquiera de los casos, las condiciones impuestas desde fuera, sin anuencia del individuo, sin su consentimiento, producen frustración en la medida en que no pueden ser rechazadas. Las imposiciones y órdenes, los mandatos tiránicos y las situaciones dictatoriales también son causa de frustración en la medida que el ser no expresa su desacuerdo y su rechazo. La quiebra de las espectativas es también frustrante.

La afrenta, el escarnio, la mofa, la befa, son algunas de las situaciones de relación humana que generan sentimientos dolorosos de humillación, de impotencia, de desamparo intolerables y, lamentablemente muchas veces, inexpresados. Muy a menudo quien siente dolor, miedo, angustia, temor, frustración y soledad, quien siente la afrenta, la mofa y tantos otros sentimientos penosos, le cuesta empezar a expresarlos. A más de esta dificultad, con demasiada frecuencia se le impide al ser que exprese su dolor y otros sentimientos penosos. Las razones son múltiples : hay que ser fuertes, las cosas deben recibirse como de quien vienen, las razones de la burla no son ciertas, hay

que controlarse, se debe respetar a los demás, hay que saber cuando y donde se expresa cada cosa, no se debe uno dejar afectar por "e-- sas cosas", sólo los niños se sienten mal por esas "tonterías", eso no debe importarle a uno. Al ser durante su desarrollo, esto es durante toda su vida, se le repiten a partir de diversas fuentes emisoras, conceptos tales como que la humillación impartida es sólo para que la educación sea efectiva, la burla que hacen los padres es porque quieren mucho y desean que los hijos sean mejores, los castigos corporales son necesarios, la letra con sangre entra, el escarmiento es tan conveniente como el premio, el dolor purifica. Estos son sólo unos pocos de los argumentos que se dan para restar justificación a los sentimientos dolorosos. Ellos, según estos planteamientos, no tienen razón de ser y, contradictoriamente, son valiosos. En todo caso no deben expresarse, el dolor y otros sentimientos dolorosos deben "aguantarse". Ellos deben ocultarse y al mismo tiempo con frecuencia han de considerarse merecidos. Se suscitan así dudas tremendas acerca de la validez de los sentimientos dolorosos que se sienten. Estas dudas conducen a una irresolución para expresar esos y cualquier otro tipo de sentimientos. Se merma la seguridad. A su vez la sensación de falta de apoyo físico y psicológico en sí y por parte de los otros suscita también una creciente inseguridad. La situación intrapsíquica se hace intolerable. Es así como empiezan a formarse los mecanismos de defensa que, o bien impiden sentir el dolor o bien impiden su expresión. Estos mecanismos se expanden poco a poco a más y más sentimientos incluso placenteros, y el ser humano entra en un proceso de de desorganización de su vida psíquica. Todo esto acontece desde el nacimiento y compromete la totalidad de todo aquel ser que no llega a expresarse en plenitud y con libertad. La expresión de afectos puede efectuarse a través de múltiples medios, que van del planteamiento verbal a la acción, de la expresión interna con incorporación de un acontecimiento a la ex

presión externa agresiva. La agresión no debe confundirse con hostilidad ya que la agresión es una forma expresiva y la hostilidad es, fundamentalmente, destructiva. La agresividad es un aspecto normal del ser humano. Es una orientación hacia afuera de las fuerzas ínsitas del ser. La agresividad es el motor, la energía que moviliza el impulso en pro de su satisfacción. Todo acto de conducta, en la medida que conlleva energía, trae consigo una descarga de agresividad : subir a un ómnibus, buscar asiento, indagar por el recorrido que hace el vehículo, preguntar por el paradero en el cual hay que bajarse son sólo unos pocos de los muchísimos actos, efectuados diariamente, que requieren un cierto nivel de agresividad. Cada uno de los actos de la vida (desde la subida del ómnibus mencionada anteriormente hasta la búsqueda de una pareja durante un baile) significa que el individuo está expresando una parte de sí mismo. La expresión significa el sacar fuera de sí algo para hacerlo conocido por otros, para comunicarlo. Toda expresión conlleva una forma sana de agresión. La expresión de aquello que surge en la interioridad, en un momento determinado, constituye la espontaneidad. Espontáneo es lo que surge en el ser y se manifiesta con las mismas tonalidades con que ha surgido, sin pasar por el tamiz de las normas, de los recatos, de la verguenza, la disciplina, etc. La espontaneidad constituye la posibilidad de expresar lo que es auténtico sin trabas formales. La autenticidad corresponde a una expresión genuina, serena, de la propia autonomía que es la condición por la cual el individuo puede seguir actuando adecuadamente, tanto frente y en relación con alguien que actúa también adecuadamente, cuanto frente a alguien que actúa inadecuadamente. El ser autónomo tiene seguridad y puede decidir y actuar del modo más adecuado, puede sentirse bien frente a individuos que actúan de modo inadecuado, que se sienten mal.

En última instancia, toda decisión sana es tomada por uno mismo sin incurrir ilimitadamente a los apoyos externos. El encuentro de la i-

dentidad es el resultado de la propia soledad que constituye la últi ma realidad del ser humano. Un aspecto de la vida plena es llegar a alcanzar la autenticidad en la propia soledad. Por otra parte es expresar la propia autenticidad. Sobrevivir es no luchar por la propia autenticidad o no tener la libertad interna o externa para expresarla. La utilización de los mecanismos de defensa hacen que la persona no viva sino que sobreviva.

Los mecanismos de defensa son los indicadores de que existe, fundamentalmente, una merma de la agresividad, de la expresividad, de la espontaneidad, de la autenticidad y de la capacidad de integración vivencial. En otras palabras, se trata de aquellos mecanismos que reemplazan a los procesos psicológicos sanos y normales para expresar y resolver la conflictiva esencial del ser. Los mecanismos de defensa vienen a ser pues la expresión inadecuada de lo no expresado adecuadamente.

Los mecanismos de defensa se vinculan estrechamente unos con otros al punto que para la aparición de un síntoma, con frecuencia se nece sita la concordancia de varios mecanismos de defensa. Por otra parte, los mecanismos de defensa no se utilizan continuadamente y sólo en determinadas circunstancias se pueden poner claramente a la vista. Buena parte del tratamiento de conductas anormales o de situacio nes indeseables consiste, justamente, en la puesta en claro de los mecanismos de defensa utilizados por el individuo y su desensamblaje merced al proceso, de acción de lo psicológico sobre lo psicológico, que se conoce con el nombre de psicoterapia.

La enfermedad es un conjunto de síntomas. A su vez cada síntoma es expresión de un mecanismo de defensa y corresponde a un esfuerzo de la naturaleza para evitar un dolor mayor. En este sentido todo sínto ma es un mecanismo de defensa y, también, cada mecanismo de defensa puede ser considerado como un síntoma.

A continuación se presentan los mecanismos de defensa más importan -

tes. Con frecuencia muchos de ellos no son considerados síntomas porque no ocasionan molestias aparentes en quien los presenta. En otros casos lo que es más conocido es la molestia que producen en el ser y por ello son considerados como síntomas sin reconocérseles su significado como mecanismos de defensa.

3.- Dialéctica de los mecanismos de defensa

Los mecanismos de defensa constituyen cargas de energía psíquica que contrarrestan a otras cargas cuya expresión, aunque sana, es dolorosa para el individuo. Por ser portadores de energía, los mecanismos de defensa tienen un dinamismo, una movilidad y, por consiguiente, una orientación. Ellos pueden dirigirse sea hacia adentro o hacia afuera. Pueden pues ser extratensivo o intratensivo. A esto se le denomina bitensivo. Hay algunos mecanismos que son preferentemente extratensivos o preferentemente intratensivos. Los mecanismos de defensa preferentemente extratensivos tienen más de las características correspondientes a todos los fenómenos psíquicos, cuya energía va de adentro a afuera. Son utilizados en la expresión del potencial psicopático. Inversamente, los mecanismos de defensa preferentemente intratensivos van dirigidos de afuera a adentro, son fuerzas dirigidas por el sujeto hacia sí mismo, y por ende son utilizados preferentemente en la conducta de índole neurótica.
Es fácil ver que todo ser humano utiliza, en más o en menos, todos los mecanismos de defensa. Ello dependerá de qué potencial está expresando en un momento determinado.
Los mecanismos de defensa tienen aceptación cambiante según la situación, la cultura, el sexo, la edad y otras variables. De la aceptación o rechazo hacia cada uno de los mecanismos de defensa dependerá, en muchos casos, que una persona sea considerada como sana o enferma por cada grupo humano en determinado momento.

A continuación se presentan los mecanismos de defensa más usuales y conocidos de acuerdo a la orientación preferencial de su energía interna. Dentro de cada grupo los mecanismos de defensa se presentan en el orden en que van apareciendo en el curso del desarrollo humano. Téngase bien presente que la clarificación es arbitraria y sólo ordenadora ya que los mecanismos de defensa no son excluyentes sino, antes bien, están asociados unos con otros en la trama y la urdimbre que constituye la conducta humana.

3.1. Mecanismos defensivos bitensivos.- Son aquellos que pueden movilizar, simultánea y/o sucesivamente, fuerzas psicológicas orientadas en dos direcciones. Son pues expresiones de conductas agresivas y/u hostiles hacia sí y hacia el otro.

3.1.1. Regresión.- Es el mecanismo por el cual el individuo se expresa, sobre todo a nivel emocional, en forma correspondiente a períodos anteriores de su propio desarrollo.

Tal sucede con la paciente que al hablar con su esposo se chupa el dedo y le dice : "¿Qué le vas a comprar a tu nenita para su cumpleaños?". La mayor parte de las condiciones llamadas de engreimiento son en realidad aspectos que corresponden a regresión. La regresión neurótica tortura al paciente que se irrita y dice : "¡Si yo doctor ya sé que yo soy un retardado en todo sentido!". En la expresión del potencial psicopático la regresión es, por lo general, más honda y más duradera. Se presenta más bien como expresiones lúdicas en personas conocidas por su eficiencia ejecutiva, su capacidad de mando y, en general, por características orientadas hacia la imposi-

sición autoritaria de sus puntos de vista. Las pataletas son una conducta regresiva en que el sujeto expresa su rabia en forma correspondiente a períodos de desarrollo en que la rabia podía expresarse pegando de patadas al causante de la misma . En este caso, y en muchos otros, la regresión favorece y se acompaña con otro mecanismo de defensa que es la conversión.

3.1.2. Conversión.- Es el mecanismo de defensa por el cual un conflicto o afecto conflictivo es convertido en síntoma o expresión somática, particularmente de tipo motor o sensitivo, ya que la expresión del conflicto o del afecto conflictivo produciría alguno de los sentimientos desagradables de los cuales el individuo se defiende. Se trata de la conversión de un proceso psicológico en un proceso aparentemente físico.

En cierta forma la conversión es un fenómeno normal y que, originalmente, es una forma expresiva : el asco se expresa con náuseas, el miedo con temblor, la rabia con tensión. El mecanismo de defensa comienza a entrar en juego en el momento en que no se expresa un sentimiento sano sino un conflicto. La conversión corresponde a un mecanismo inconsciente que el individuo desconoce. El fenómeno conversivo es considerado normal en muchos casos. El mecanismo de defensa llamado conversión se presenta en todas las neurosis.

La neurosis, en la que más se encuentra el mecanismo de conversión, es la neurosis de conversión, propiamente dicha, antes denominada histeria. La conversión como mecanismo de defensa se vincula estrechamente con la disociación ya que es justamente el aspecto incons-

ciente de la disociación es aquello que se expresa, de modo conversivo, en un síntoma.

Los fenómenos conversivos son muy frecuentes y por e-- llo pasan desapercibidos y son considerados como aspec tos de la vida normal. La paralización de un sujeto en caso de un temblor u otro presagio catastrófico, el temblor incontrolable al tratar de ciertos tópicos más o menos relevantes para el individuo, la parálisis de un brazo para escribir determinada palabra o para es-- cribir en determinadas circunstancias, corresponden a síntomas conversivos.

3.1.3. Negación (Denial).- Es el mecanismo por el cual el paciente ignora su propia condición o la niega cuando le es presentada. Corresponde al no darse cuenta uno de su realidad interna. Se expresa en un : "Yo no estoy enfermo", "Yo me siento muy bien" (aunque la persona esté alterada a ojos vistas). La condición máxima de este estado es la falta de conciencia de la enfermedad del paciente psicótico, con absoluta incapacidad para modificar esta aseveración.

La negación es un proceso natural durante las primeras fases del desarrollo. En este caso el no darse cuenta está muy en función del no haber reconocido el sujeto su interioridad. Este es el caso de los jóvenes, que tienen sentimientos amorosos, hondos y genuinos hacia otro, pero los niegan categóricamente. La negación, sea ella la del proceso del desarrollo o de tipo mecanismo de defensa, se ve favorecida por la dificultad expresiva : se niega lo que no puede expresarse.

La negación neurótica puede ser incluso negativa en el

sentido de sentirse la persona mal aunque todos la vean bien.

La negación psicopática corresponde a una de las características más anómalas. Responde al planteamiento, al par interrogativo y de admiración, que hace la persona con desórdenes psicopáticos de la personalidad, de tipo asocial, cuando dice : "¿Acaso yo le hago daño a nadie?" y ello después de haber estafado a un familiar cercano y querido.

3.1.4. Evitamiento.- Corresponde al mecanismo por el cual el individuo no se expresa tratándose de aquello que le afecta, no menciona aquello que le interesa. Esto sucede, bien sea porque lo evitado le gusta o porque es algo temido. Tal sucede con el sexo, con lo pertinente a la pureza racial, la pureza religiosa, la pureza de sangre, etc. Corresponde a la forma en que se llevan los prejuicios, y otros asuntos, de los que justamente nunca se habla. Se constituyen así los tabús.

El planteamiento potencialmente neurótico considera el evitamiento como lo necesario para no ofender a los demás. En el planteamiento psicopático el evitamiento es simplemente una forma de mejor autoafirmarse para poder enfrentar a los demás con su propia impureza, suciedad, invalidez, etc.

La verguenza es una forma de evitamiento que corresponde a la necesidad de ocultamiento de aspectos pecaminosos, punibles, poco valiosos. El neurótico siente la verguenza propia. El psicópata siente la verguenza ajena bajo la forma de enrostramientos tales como : "No te da verguenza ser como eres", "No te da verguenza ha

cer lo que haces". La investigación de este mecanismo responde a la pregunta : ¿De qué no se habló nunca en su familia?.

3.1.5. Sustitución, condensación, desplazamiento.- Estos mecanismos de defensa se presentan en conjunto porque tienen en común el que el impulso básico genuino no es expresado a través del objeto-estímulo-pertinente sino que, los sentimientos o emociones correspondientes aparecen vinculados a otro objeto. Por lo que concierne a la satisfacción de necesidades el planteamiento es idéntico, esto es que la necesidad genuina no queda satisfecha sino que el impulso correspondiente se divierte hacia la satisfacción de una necesidad supletoria.

Psicodinámicamente esos procesos pueden apreciarse en los sueños y, en general, en toda expresión del subconsciente. Todos estos mecanismos de defensa son expresiones de conflictos y necesidades insatisfechas o cuya satisfacción generaría dolor.

Los mecanismos de sustitución, condensación y desplazamiento canalizan la expresión de sentimientos para que éstos sean aparentemente menos dolorosos. La sustitución es simbólica, esto es que la expresión no se dirige hacia el objeto sino hacia un símbolo, y esto es válido tanto para la expresión de sentimientos que generarían culpa por dirigirse a un objeto que debe ser amado cuanto en lo que se refiere a la selección de sentimientos valiosos que no se dirigen al objeto adecuado por el temor al rechazo. La sustitución de objeto es un fenómeno de todos los días que se plantea como actos fallidos o como conductas cuyo sentido es percibido en la

medida en que se percibe la sustitución, tal sucede con el amante rechazado que va en busca, encuentra y cierra una ligazón con un objeto que no ama pero que es sustitutorio del primero. Esto está muy en relación con el desplazamiento. En este caso el mecanismo de defensa estriba en que el objeto de la satisfacción de la necesidad, o la expresión del impulso, son inadmisibles en cuyo caso el objetivo se desplaza a una parte del objeto o a algo asociado con él. Es así como una necesidad genital se deriva hacia otra zona erógena o hacia un objeto vinculado con ella. Se entiende aquí el origen del fetichismo y de las conductas obsesivas. Esto último siempre y cuando se agregue el mecanismo defensivo conocido como perfeccionismo. Tratándose de la condensación el mecanismo de defensa consiste en que en un solo objeto se concentran diversas satisfacciones, lo cual impide precisar el malestar determinado por una sola de ellas. Este mismo mecanismo se plantea en el origen de muchos síntomas que en un principio corresponden a la expresión inadecuada de un solo sentimiento. Paulatinamente, multitud de otros sentimientos se expresan a través de un mismo síntoma. Esto tiene interés para el tratamiento puesto que la desaparición del síntoma sólo se efectuará cuando se hayan manejado adecuadamente las diversas emociones dolorosas que se han ido condensando en relación con el síntoma. El chiste, el humor, la ironía, entrañan formas de desplazamiento de afectos que, de ser presentados abiertamente, generarían más dolor o más angustia.

3.1.6. Perfeccionismo.- Corresponde al propósito, no siempre consciente, de hacer las cosas "Como deben hacerse", "En la única forma correcta", considerando que "Hay u na sola moral". Es un mecanismo que conduce a acceder a las indicaciones de la autoridad (interna o exter - na). En este sentido constituye una forma de aflora-- miento de los introyectos. Viene a ser un aspecto de la pretendida solución del conflicto entre el sistema niño con la autoridad incorporada. También forma parte del adolescente que acepta el someterse, Responde a la pregunta : "¿Qué debo hacer perfecto?" ¿En qué soy perfecto?". Las afirmaciones correspondientes suelen ser : "En esto tengo razón", "Conozco bien el punto y por ello no me equivoco". Las formas más frecuentes en ese mecanismo de defensa son la pulcritud en el vestir, en el escribir, la puntualidad en el actuar, en el concurrir a citas, la exactitud de las mediciones y en todo aquello que denote un afán de la persona por no equivocarse, por no ser menos en función de asuntos en los que los demás podrían ser más que él por ser más exactos, más puntuales, más pulcros, más limpios, más minuciosos y/o más detallistas. De ser esto así, aquellos que son "más" que él, podrían ha-- cerlo quedar en ridículo, despreciarlo como posible-- mente hicieron sus jerárquicamente superiores cuando él era pequeño.

La repetición es una forma de perfeccionismo. Se ex-- presa en el síntoma según el cual la persona reitera actos o asertos. La averiguación en torno a este síntoma responde a las preguntas siguientes : "¿Qué hago repetidamente?", "¿Qué es o cuales son los sentimien-

tos que se presentan siempre en mí?" "¿Qué es lo que siempre me estoy repitiendo?"
El neurótico afirmará que repite aquello que debe aprender para mejorar él mismo.
El potencial psicopático se orientará a hacer una repetición dirigida a que los otros aprendan lo que el repetidor quiere que aprendan.

3.1.7. Complementación.- Es una respuesta defensiva a la frustración, ante la insatisfacción, al temor, al rechazo y la humillación. Mediante la complementación se da por conocida una situación desconocida, o se da por concluída una situación estando inconclusa. Este mecanismo juega tanto para los demás cuanto para sí mismo. Tanto la situación inconclusa cuanto la desconocida pueden estar en uno mismo o en el otro.
Este mecanismo se pone de manifiesto cuando la persona plantea : "¿Para qué voy a hacer tal cosa? ¡Si ya sé que ... (Fulano va a responder de tal manera, Perencejo no va a reaccionar, la otra persona no va a cambiar, no puedo cambiar la situación, aunque cambie la situación voy a seguir tan fregado como ahora, etc.)!". En este caso, la complementación estriba en que se da por hecho determinado tipo de respuesta independientemente de su real posibilidad y de un esfuerzo, quizá repetido una vez más, por seguir expresando. El mecanismo defensivo de la complementación destinado en este caso a evitar la frustración, se da en el planteamiento :"¡Para qué voy a hacer tal cosa si yo sé que no puedo!". Aquí la complementación está en el mensaje negativo que se envía la persona a sí

misma. La complementación aparece más clara si se divide la frase del modo siguiente : "¿Para qué voy a hacer ...(tal o cual cosa)? ¡Si yo ya sé que no puedo hacerla!". La frase contenida entre los signos de admiración es justamente la que expresa el mecanismo de defensa de complementación. En este caso y nuevamente se trata de una complementación negativa.
La complementación entra en juego en las situaciones en que se expresan asertos tales como : "¡Para qué voy a hacer tal cosa si ya todo terminó!", "¡No vale la pena esforzarse puesto que nada se saca!". La complementación se da aquí como una asunción complementaria de la inamovilidad de la situación. Queda entendido que cuando la aseveración coincide con la realidad no se está poniendo en juego el mecanismo de defensa. La complementación se da cuando el individuo asume que la realidad es de tal o cual manera, cuando lo que está sucediendo es que está utilizando su fantasía anticipatoria. Esta puede ser positiva o negativa. La fantasía anticipatoria sea positiva o negativa entraña siempre una cierta forma de rechazo del presente. Al no ser aceptado el presente, la fantasía anticipatoria negativa señala desesperanza y pesimismo, o sea un temor al futuro.
Dentro de este mismo mecanismo se engloban los de la compensación y la sobrecompensación. En ambos casos se logra, en la realidad o en la fantasía, una satisfacción efímera a falta de una satisfacción plena.
La compensación y la sobrecompensación pueden ser los mecanismos de defensa utilizados ante las situaciones de frustración. Este mecanismo de defensa sue-

le comenzar a utilizarse, alrededor de los tres a cuatro años, bajo la forma de las fabulaciones compensatorias. Ellas persisten en el sistema niño durante el resto de la vida, salvo que se logren modificar con la maduración o merced a un proceso terapéutico. La complementación natural asociada a la negación natural del proceso de desarrollo constituyen el origen de las "mentiras" de la infancia. La fabulación infantil recurre al no darse cuenta de algo con el deseo de "salir airoso del paso", para autoafirmarse y para agradar a las figuras parentales. El paso de lo natural a lo enfermizo es progresivo. La fabulación compensatoria viene a ser la mentira que el niño, en cada cual, utiliza para "salir como sea del paso", no sufrir, autoafirmarse en la irrealidad ilusoria, es decir, para no sentir dolor. Cuando el niño no acepta que otro tenga más que él - en cualquier sentido o aspecto que él considera valioso -, siente envidia. La envidia es un sentimiento doloroso y la fantasía compensatoria, la mentira compensatoria, son los mecanismos utilizados para no sentir ese dolor. Cuando el niño ve que otro tiene un juguete más grande que el propio y ello le produce dolor por la envidia, planteará algo así como : "Tú tienes el juguete más grande (mejor, más bonito, más caro, etc.) pero mi papá es empleado de Banco (lo que equivale a decir que mi papá es mejor, más bonito que el tuyo)". Aquí se da también un fenómeno de complementación o de fantasía compensadora, puesto que el padre puede o no ser más y/o mejor que el padre del otro. Ello se ve más claramente cuando la

fantasía compensadora se plantea bajo la forma de la mentira por exageración y la expresión de algo así como : "Tú juguete es más grande (mejor, más bonito, etc.) que el mío, pero yo tengo una casa más grande que la tuya", lo cual puede o no ser cierto. En todos estos casos la complementación, como mecanismo de defensa, es tanto mayor cuanto más se aleja la fantasía de la realidad.

La compensación y sobre todo la sobrecompensación pueden conducir a las situaciones de desinhibición con pérdida de la mesura, tanto en el aspecto pensante cuanto en la acción. Se tiene entonces la posibilidad del sufrimiento de una hiperexpresión y de la consideración de que el otro vale menos, tiene menos o sea, se lo desprecia. El desprecio es el sentimiento de rechazo de otro ser u otras cosas en función de procesos sobrecompensatorios de que lo de uno es mejor, más valioso, más bonito, etc. Responde a las preguntas : "¿Qué rechazo de tí?","¿Qué no me gusta de tí?".

En algunos seres la complementación, con compensación y hasta sobrecompensación con fantasías anticipatorias negativas, se dan con mucha frecuencia y aparecen en los estados de tristeza o de depresión. A su vez este mecanismo de defensa puede conducir a la depresión. Es justamente en los individuos introvertidos en quienes más en juego se ponen las fantasías compensadoras. El alejamiento de la realidad pone justamente en juego este mecanismo. En los individuos tímidos, envidiosos, que dicen : "Tengo verguenza de mí mismo", "Tengo que educarme a mí mismo",

"Tengo que controlarme a mí mismo", están expresando al mismo tiempo su envidia hacia los demás, su deseo sobrecompensatorio y al mismo tiempo están vertiendo hacia sí la agresividad que sienten hacia los otros. El individuo que sobrecompensa, con fantasías anticipatorias positivas y con fabulaciones sobrecompensatorias, está en condición de hiperexpresión. Esta lo puede conducir al lanzamiento de hostilidad, sea hacia sí, sea hacia el otro. Ese individuo está actuando con patrones de conducta tales como : "Voy a hacer... (tal o cual cosa) aunque me friegue", "Hay que intentar ... (tal cosa) de todas maneras con tal de fregarlo al otro", "Yo sé que el asunto no va a salir pero no importa ... adelante", "Esto voy a llevarlo a cabo y así acabamos todos de una vez". Como puede apreciarse, el conocimiento de este mecanismo de defensa - que es de sobrecompensación fantasiosa, con anticipación por la cual se rechaza el presente y se pretende destruir el futuro -, explica la conducta de muchos individuos fanáticos, destructores, delincuentes y diversos tipos de conducta que se engloban bajo el rubro de conducta psicopática.

La complementación con anticipación negativa, de rechazo, se plantea con las expresiones tales como : "¡No me gusta Fulano, me cae pesado!", "No me gusta ,..(tal comida, tal costumbre, etc.)!" y otros asertos de este mismo orden. Ello cuando no corresponden a la realidad y quien los dice no conoce a la persona ni ha probado lo que rechaza. Estos desaciertos son exclusivamente complementación fantasiosa cuyo origen psicodinámico ha de ser investigado y, eventualmente, tratado.

3.1.8. Racionalización.- En psicología no interesa sólo la realidad externa. La realidad interna, la que está en uno, es aquella de la que el ser se sirve en su quehacer. La realidad interna es variable para cada cual y constituye la propia verdad. Un conflicto que se presenta, en el sistema adulto de la persona, es el determinado por el enfrentamiento de la realidad objetiva con la verdad subjetiva. La verdad, considerada absoluta, en muchas ocasiones no concuerda con la realidad objetiva y, mucho menos, con la realidad psicológica interna. Allí es donde se empieza a echar mano a mecanismos defensivos de racionalización. Estos tienen por objeto soslayar la realidad externa y hacer concordar la pretendida verdad absoluta con la realidad psicológica interna consciente. La conducta humana es sólo en parte voluntaria y de origen consciente La mayor parte de nuestra conducta es involuntaria. Por otra parte, tanto tratándose de la conducta voluntaria cuanto de la involuntaria, la parte motivacional consciente es mínima frente a las motivaciones subconscientes. Cuando la conducta desplegada no concuerda con la autenticidad surge un conflicto, y el individuo se siente incómodo, y se excusa o explica su proceder. En otras palabras, racionaliza para que no prosigan los sentimientos desagradables.

3.1.9. Sublimación.- Es el mecanismo de defensa por el cual, ante la imposibilidad o incapacidad de expresión de un sentimiento básico o de satisfacción de una necesidad básica, el individuo reorienta esa tensión hacia una actividad en relación con la valora --

ción correspondiente a la cultura en que vive. Se produce así una transformación de energía que pasa de lo genuino e inaceptable a lo que, sin ser ya tan genuino aunque siempre gratificante, es aceptable. Conviene señalar que la inaceptabilidad de la expresión genuina no solamente está planteada por la sociedad sino por los introyectos de cada cual. Igual sucede con la aceptabilidad de las creaciones resultado de la sublimación. Se acepta, usualmente, que la sublimación conduce a la creación de obras con valor o presunto valor estético. La sublimación es uno de los mecanismos de la creatividad artística. En sentido amplio, la transformación de los impulsos primitivos, genuinos, en impulsos creativos más "refinados" es sublimación, incluso en los casos en que el resultado de la creatividad no tiene valor artístico.

La sublimación también es el mecanismo que se utiliza cuando la expresión de los sentimientos o la satisfacción de las necesidades básicas causaría angustia o dolor. Es también muy importante la sublimación del dolor en sí y de los sentimientos desagradables en general. La sublimación como mecanismo de defensa impide el sentir el sentimiento doloroso, sea cual haya sido su origen y lo que se expresa, es un sentimiento creativo, autoafirmativo, plasmado en una obra o actividad gratificante. Esto vincula el mecanismo de defensa denominado sublimación con el de la compensación y sobrecompensación. En ambos casos la utilización de la fantasía es fundamental.

3.2. Mecanismos de defensa preferentemente extratensivos.

3.2.1. Identificación (negativa).- (pag 179 A)

3.2.2. Introyección.- Es el mecanismo de defensa por el cual la persona incorpora, sin metabolizarlo, algo externo de su circunstancia y lo considera como propio. Se in-- troyectan normas, reglas, preceptos, prejuicios, bien sea porque correspondan al buen gusto, por ser seguras, por ser tradicionalistas,por ser revolucionarias, por ser de vanguardia o por lo que sea. El acontecer tiene lugar en el estrato niño con autoridad incorporada. Justamente lo que se introyecta es la autoridad bajo la forma de : "yo tengo la razón", "mi religión es la me--jor", y así sucesivamente. El introyector hace lo que los demás quieren que él haga.

La introyección como mecanismo de defensa debe diferenciarse de la incorporación de objetos y de la identificación de la cual es un aspecto. En efecto, la incorporación de objetos es el proceso constructivo y sano por el cual el individuo se enriquece gracias a la experiencia genuina y sentida,esto es,vivenciada. La incorporación de objetos es parte del desarrollo integrativo. Asimismo, la identificación constituye un proceso natu--ral. Corresponde a la integración de la persona de modo más o menos similar a los modelos que tiene durante el proceso de desarrollo en sus primeros años. La identificación sana es aquella que, a la larga, es metabolizada y es suceptible de ser balanceada con lo que es la idiosincrasia. No hay pues entonces una mengua de la identidad ni se traba el desarrollo ni la formación de ésta.

La introyección como mecanismo de defensa significa una interiorización no metabolizada y que conduce al proce-

so de identificación con el agresor en el sentido de que la pérdida de la identidad propia permite la asun--ción de una identidad ficticia, espúrea, en que las ca--racterísticas dolorosas - las que hacen doler al agredi do - son introyectadas en forma tal que el agredido a su vez se va a tornar agresor. Esta es la forma como han sido transmitidas las mayores aberraciones en el curso de los siglos y lo que explica por qué los más crasos errores educativos, las normas más brutales, las legislaciones más absurdas, los prejuicios más increí--bles, han sido transmitidos de generación en generación. No se trata ni mucho menos de la agresión sexual sino de la agresión en el sentido de la creación de dolor y miedo en todas sus formas. No se plantea solamente una inversión de los papeles de que el agredido se convier-te en agresor del agresor, sino que el agredido va a ser a su vez agresor de otros que no lo han agredido. La identificación con el agresor entraña la introyec --ción de todos los aspectos agresivos parentales. El in-dividuo repetirá en toda su vida, la conducta, sádica o masoquista, de los padres en la medida en que ha senti-do la agresión de ellos. El agredido introyecta la agre sión y la considera necesaria ("Mi padre me castigó e hizo muy bien") ello determina que a su vez él agredirá a sus propios hijos ("Mi padre lo hizo conmigo y dio re sultados"). Los introyectos son poderosos y muy varia--dos. Constituyen el núcleo del sistema niño del yo, o sea del superyo. Incluyen los principios, normas, re --glas, principios religiosos, prejuicios, tradiciones y todo aquello que va siendo transmitido de generación en generación, independientemente de sus aspectos negati--

179A

~~4/12/85.~~

3.2.1. Identificación (negativa).— (~~Para agregar a mecanismos de defensa~~) viene a ser la

Oposición con el acariciador, también puede considerársela como la identificación negativa con el agresor (bueno o malo). Consiste en el mecanismo necesario para disminuir el sentimiento de dependencia y adquirir la autoafirmación necesaria para un sentimiento de bienestar. La oposición puede considerarse también como alejamiento, identificación negativa, desdiferenciación, distanciamiento, animadversión o cualquier sentimiento que de un modo u otro establece genera o hace sentir la separación entre el acariciador y el acariciado. El acariciador es aquél ser o símbolo quefué de portador de soporte, ternura, halago, donativo o cualquier foto o donativo en favor del que, ulteriormente vá a desarrollar el mecanismo de alejamiento del acariciador después de haber sentido el placer de ser acariciado, la satisfacción de recibir, la alegría de tener lo que no se tuvo. El mecanismo de alejamiento o de oposición don el acariciador puede surgir en el mismo momento en que la caricia llega en cuyo caso se generan desde el comienzo de la relación situaciones de conflicto que suelen ser ocultadas voluntariamente con hipocresia o simplemente expresadas a través de mecanismos inconscientes y que surgen como actos fallidos o faltas de reconocimiento formal (no dar las gracias, pasar antes del que formalmente debería pasar, cambiar el nombre del acariciador, etc.).

Este mecamismo se pone en juego tanto a nivel individual como colectivo y nacional e internacional. Corresponde al dicho popular de morder la mano del que te alimenta.

vos, de las aberraciones lógicas, de la insensatez de los asertos y de cualquier otra consideración que no sea simplemente el ser expresión de jerarquía. La introyección patológica también está determinada por el poder, la autoridad y por la sobrevaloración del "peso de los años".

La introyección se muestra en el uso del pronombre "yo" o del "mi" cuando en realidad se quiere significar "tú" "él" o "ellos". El introyector se plantea las preguntas siguientes : "¿Qué cosa debo (yo) hacer?", "¿Qué cosas debo (yo) sentir?".

La respuesta correspondiente al mecanismo de defensa es algo así como:"Mi deber es ..." "Mi obligación es ...". Así se llega a afirmaciones destructivas de la persona, tales como : "Mi deber es sentir amor hacia mis padres" "Debo amar incluso la mano que me pega".

3.2.3. Dispatía.- Es el mecanismo utilizado para no sentir sentimientos, dolorosos para quien se defiende con este mecanismo, que en un momento determinado está sintiendo una segunda persona. Esta segunda persona puede ser el intercolutor, la pareja, o alguien de quien se está hablando. Mediante el mecanismo de la dispatía el que lo utiliza se identifica no con el tú sino con el otro, con el tercero.

Los siguientes ejemplos ilustrarán lo que acaba de decirse. Cuando alguien expresa algo así como :"Me siento mal", "Me han hecho...(tal o cual cosa), muy desagradable", "Siento cólera por lo que ha sucedido", etc. la respuesta de quien utiliza la dispatía, será no de empatía con quien plantea lo anterior, tampoco de simpatía,

sino de identificación con el tercero. Las respuestas dispáticas a los planteamientos anteriores serán :"¿Qué habrás hecho para sentirte mal?","¡Tienes que comprender que tienen razón en haberte hecho...(tal o cual cosa), no tienes por qué sentirte mal!","¡Yo no siento lo mismo en esas circunstancias!" "Mi experiencia es diferente".

El dispático logra con ello no sentir en sí los sentimientos que él mismo tiene y rechaza, y que surgirían por empatía o simpatía con el que está expresando dichos sentimientos. Es un mecanismo de represión para no sentir lo reprimido. La dispatía viene a ser pues, una falta de empatía o séase del sentir conjunto. Por mucho que se envuelva con un tono de voz suave significa también una falta de simpatía puesto que el afecto, esto es la carga positiva, va vertida hacia el tercero (que muchas veces no es ni siquiera conocido o es un concepto vago). Este es el caso cuando alguien dice por ejemplo : "Me siento mal vivienda bajo una dictadura". La respuesta dispática puede ser algo así como : "El país se merece un gobierno dictatorial", "Tienes que comprender que es una situación histórica", etc. Esta respuesta, ante la expresión de un sentimiento de malestar, entraña un pasar sobre el sentimiento de malestar expresado y una ratificación de su continuación puesto que, sin justificarlas abiertamente, se ratifican las condiciones que genera el sentimiento.

Otra forma de planteamiento de la dispatía es la negación en el otro de sentimientos,particularmente si son anormales y corresponden a expresiones sintomáticas de patología que el dispático rechaza con aseveraciones ta

les como "No tienes nada", "Eso que tú dices no es nada...yo sí tengo algo mucho más grave", "Tú...(síntoma o malestar de cualquier tipo) es poco...frente a (otro síntoma diferente del que tiene el interlocutor) que siento yo y que sí es algo importante".
La dispatía es un mecanismo de defensa muy destructivo para el otro. Constituye un mecanismo sumamente psicopático. El dispático se autoafirma sobre la base de una presunta comprensión que en el fondo no es sino una forma de agresión. Con la dispatía se establece una distancia entre los seres pues el que utiliza la dispatía enfatiza su posición autoafirmativa,al mismo tiempo que recalca la aridez y nimiedad de los sentimientos que expresa el otro.

3.2.4. Proflexión.- En este caso, el individuo hace a otros lo que justamente no quiere que le hagan a él. Viene a ser el mecanismo inverso al de la retroflexión.
Este mecanismo -que funciona basado en "Yo te agredo, tú no me agredas"- se basa en la existencia intrapsíquica de una doble norma. Se presenta y expresa en todos los sistemas estructurales del ser humano. El bebé interno de cada cual pretende agredir sin que la agresión le sea devuelta, aún tratándose de agresiones que originan dolor en el otro. El sistema niño funciona, cuando utiliza este mecanismo, sobre la base de que lo que se impone no debe ser cumplido por el que lo impone. Esa doble norma se hace presente todos los días, en el aspecto educativo, cuando las figuras parentales imponen normas que ellas mismas no cumplen (obediencia, sumisión, pureza, lealtad, honestidad,etc.). Dentro del sistema adolescente, este mecanismo de la proflexión constituye uno de los núcleos conflictivos más importan-

tes y su solución estriba en el balance de estas contradicciones o en la aceptación de una de las normas. Dentro del sistema adulto este mecanismo de defensa se pone en juego cada vez que el individuo pretende información y conocimiento que niega a los demás. Corresponde al "Yo quiero saber y no quiero que tú sepas". Puede plantearse que en este mecanismo de defensa el resumen estructural es : Yo si - tu no ; Yo no - tu si.

La vida entera está llena de estas situaciones en las cuales el ser humano está haciendo aquello que justamente no quiere que se le haga. La mayor parte de las actividades humanas son expresión de este mecanismo defensivo. En el comercio por ejemplo el individuo quiere, cuando se utiliza este mecanismo, ganar siempre más de lo que él da a ganar a los demás. Los militares constituyen un ejemplo típico de este mecanismo en una conducta según la cual pretenden anonadar sin ser anonadados. La conducta delictiva significa en su totalidad la utilización contínua de este mecanismo de defensa, de acuerdo al cual el delincuente hace lo que no desea que se le haga a él.

Este mecanismo de defensa está en relación con el proceso de identificación con el agresor, merced al cual se incorporan una serie de conductas, originalmente rechazadas y posiblemente rechazables, que produjeron dolor en el individuo. En el curso del desarrollo, la única posibilidad de defenderse de volver a sufrir y de revivir el dolor es, justamente, la utilización de las mismas conductas lesivas. Naturalmente con un definido propósito de que ellas no le sean nuevamente aplicadas al individuo que las está utilizando.

3.2.4. Unicidad.- Es una forma de egocentrismo narcisista. Corresponde a la sensación de que la condición de uno mismo es única, en cierta forma irrepetible y jamás vista. Responde a las preguntas : "¿Hay algún caso como el mío?". La afirmación correspondiente es : "Sólo yo tengo...", "Sólo a mí puede pasarme esto", "A nadie sino a mí puede pasar esto", "Nadie me comprende", "Nadie me quiere", "Estoy solo".

En la posición neurótica el individuo se siente solo y fregado, reventado. En el caso del potencial psicopático, la unicidad es sentida como la soledad determinada porque él mismo está a mayor altura que los demás. "Estoy solo porque nadie está a mi altura". También hay que considerar aquí el conjunto de sentimientos que corresponden al : "Sólo yo puede hacer eso", "Sólo yo tengo tales síntomas". La condición máxima, psicótica, de este mecanismo es el autismo esquizofrénico en que el individuo se aisla totalmente de la realidad dentro de su mundo solitario.

3.3. Mecanismos de defensa preferentemente intratensivos

3.3.1. Identificación con el agresor

3.3.1. La proyección hace que el individuo se sienta a sí mismo responsable de lo que es en realidad parte de la circunstancia, del ambiente, de lo que surge en el otro. El que proyecta considera que los demás hacen lo que él quería hacer o, de hecho, está haciendo. Cuando una persona le dice a la otra gritando "¡No me grites!" y la otra persona de hecho está hablando con tono mesurado o ni siquiera está hablando, es un ejemplo típico de que la primera persona está proyectando.

El "A mí me tiene que pasar esto", dicho con desesperación es un ejemplo de proyección : el individuo siente que el destino o las fuerzas externas se han conjurado contra él y "el otro", "ello", "eso", "aquello", lo han tomado como blanco y se han cebado. A igual mecanismo obedece la pregunta : "¿Por qué me tenía que pasar a mí eso?". El individuo siente que es desde afuera que le pasan a él cosas; no ve su propia participación. No tiene autonomía. El proyector le hace a los demás lo que él acusa a los demás de hacerle a él.

El mecanismo de la proyección se pone en juego cada vez que un individuo se refiere a sus propios sentimientos con algunas de las formas siguientes : "Yo siento que tú ... (eres bueno,malo,colérico,pacífico, etc.), "Yo siento que tú a mí me ...(odias,amas,envidias,rechazas, buscas,etc.)", sin los datos objetivos suficientes.

Cuando una persona le dice a otra : "Yo siento que tú me amas", en ausencia de datos objetivos al respecto o incluso en presencia de datos contrarios a la aseveración, lo que está expresando es : "Yo siento que tú sientes amor". En otras palabras está expresando lo que supone sea el sentimiento ajeno y lo que está expresando realmente, aunque de modo indirecto, es su propio sentir. La expresión de un sentimiento será tanto más adecuada cuanto más directa:"Yo siento amor por tí", "Yo siento rechazo hacia tu persona".

La proyección se asocia frecuentemente con la complementación. En este caso el que proyecta pretende expresar sentimientos genuinos pero, en realidad, lo que hace es expresar sentimientos propios, no genuinos, que atribuye al otro complementando lo que no siente genuinamente.

Complementa también aquello que desconoce. Esto último es particularmente útil para aminorar la angustia ante lo desconocido. Por donde quiera y como quiera que se mire el mecanismo en cuestión se encuentra siempre que la persona no está expresando sus sentimientos hondos, y atribuye al otro sentimientos propios, que él mismo lleva en sí pero que no expresa directamente, con ello les quita espontaneidad.

La proyección utiliza el pronombre "me" y plantea afirmaciones tales como "Me están ... (molestando, fastidiando, fregando, etc.)". Este mecanismo responde a las preguntas : ¿Qué me hacen? "¿Qué me hacen hacer?", "¿Qué me hacen sentir?". La afirmación correspondiente sería algo así como : "Me obligan a mí mismo a ...". En el potencial psicopático se plantean las preguntas y se responde con afirmaciones en función de "a los demás". La pregunta sería : ¿Qué me hacen sentir hacia los demás?". La respuesta que se da a sí mismo, quien utiliza su potencial psicopático, es siempre con un contenido que dice : "Mi obligación hacia los demás es ..." (enseñarles educarlos, disciplinarlos, ordenarlos, purificarlos)". Esta proyectiva del potencial psicopático constituye el punto de partida de conductas antisociales, destructivas, mesiánicas, catequizadoras. Ellas se asientan sobre la expresión proyectiva de impulsos básicos hostiles, usualmente encubiertos por mecanismos de racionalización. Por ello los fundamentos aparentes-conscientes de tales conductas se presentan con argumentos no exentos de una presunta y presuntuosa lógica. Las manifestaciones extremas de este mecanismo de defensa son los cuadros de los fanáticos iluminados que imponen sus i--

deas y principios de modo despiadado y enceguecidamen - te, con la absoluta seguridad de que todo el dolor y la muerte que originan se justifica, plenamente, por el lo gro del ideal propuesto así sea éste irrisoriamente ab- surdo. Por estos mecanismos se explica que hayan sido dables los excesos y atrocidades cometidos en pro de proyecciones tales como : "Debo mantener la pureza de mi raza", "Soy portador de la fe en la única religión", "Mi obligación es iluminar a los que no creen en mi Dios que es el verdadero", "Debo conducir la revolución (la contrarrevolución) utilizando todas las armas pues el fin justifica los medios".

3.3.3. Retroflexión.- El retroflector se hace a sí mismo lo que gustaría hacer a otros. El origen de este mecanismo de defensa está en que el ser humano no da rienda suel- ta a sus impulsos agresivos, destructivos. Es más, la e ducación frena justamente estos aspectos en todas sus formas de expresión. La retroflexión es básicamente la agresión a sí mismo cuando no puede ser dirigida a los demás. La retroflexión se muestra en el uso del "yo mis mo". El Individuo que dice "Tengo verguenza de mí mis - mo", "tengo que educarme a mí mismo" está utilizando el mecanismo de la retroflexión. En todos estos casos está vertiendo hacia sí mismo la agresividad que original y saludablemente estaba orientada hacia los demás.
La preocupación es una forma de la retroflexión. Corres ponde al sentimiento de malestar por la espera temerosa de un desenlace "malo", particularmente para el ser ama do (que puede ser uno mismo). Hay sobrevaloración de las condiciones externas "malas", peligrosas o amenazadoras.

Responde a las preguntas :"¿Qué te preocupa?","¿Por qué te preocupas?". A quien utiliza su potencial intratensivo le preocupa todo, su preocupación es grande. En cambio, a quien expresa su potencial extratensivo no le preocupa nada o su preocupación es pequeña. La investigación de este mecanismo responde también a las preguntas : "¿Qué siento por mí mismo?","¿Qué hago de mí mismo?". Las respuestas serían :"Yo siento ...por mí mismo", Quien expresa su potencial intratensivo, responderá a estas preguntas afirmando que siente verguenza o pena de sí mismo,afirmará que se siente un desastre, un fracaso, que se siente mierda. El que expresa su potencial extratensivo responderá a las preguntas sintiéndose afirmado, seguro. Las aseveraciones serán en el sentido de que es bueno, perfecto, "trome". Con un cierto atisbo de humildad podrá eventualmente disminuir esas aseveraciones con un algo así como : "No soy perfecto pero hago lo posible", "No es que lo haga todo bien pero trato de hacerlo (cumplo con mi deber, soy puntual, respeto a los demás, etc.)". Otro ejemplo muy frecuente de retroflexión, es la expresada como :"No conozco nada sobre ...(medicina, música, psicología, etc.), pero ... (y aquí el sujeto lanza una perorata con consejos y afirmaciones categóricas sobre medicina, música, psicología, etc.)".

3.3.4. Disociación.- Es el mecanismo de defensa inverso a la confluencia. Este mecanismo permite al individuo hacer frente a un mundo que origina sentimientos penosos. Si la disociación es externa, en relación con el mundo, la condición es la de riqueza interior frente a la pobreza

exterior o, inversamente, de pobreza interior frente a la abundancia exterior. Este último mecanismo disociativo se relaciona con la situación de bloqueo emocional en que la persona corta sus posibilidades de vinculación. También en este mismo orden están todos los fenómenos denominados de autismo que viene a ser la coexistencia, independiente, de un mundo pleno de imágenes anómalas, de síntomas polimorfos o de disociación del pensamiento, frente a un mundo real en el cual el sujeto no participa. Se trata en este caso, en que no hay conciencia de enfermedad mental, de un cuadro de desconexión con la realidad. A su vez, esto constituye un síndrome psicótico.

Otra posibilidad de disociación es la disociación interna. En ella el individuo emancipa un conjunto de procesos mentales que funcionan como un todo unitario. En este sentido el proceso de disociación permite un enfrentamiento más o menos claro e indoloro del individuo en y contra sí mismo. Pueden ser aceptables así dentro de estos límites de lo disociativo, las aseveraciones tan frecuentes como : "Hay en mí dos personas, una buena y otra mala", "Tengo doble personalidad : o soy muy paciente o soy muy violento". Los estados disociativos también se expresan cuando la persona ha tenido que hacer frente a situaciones de emergencia y ha actuado de modo automático, involuntario, poniendo en marcha justamente estos mecanismos. El individuo no recuerda lo que ha sucedido o lo recuerda muy vagamente. Estos estados disociativos del yo como mecanismos de defensa típicos se dan en ciertas situaciones neuróticas. En estos casos el individuo actúa de un modo y afirma estarse com-

portando de otro. Esto relaciona a la disociación, con el fenómeno o mecanismo de defensa tipo proyectivo. Quien utiliza el mecanismo de defensa de la disociación está en la condición que se conoce como sujeto desconectado consigo mismo. En efecto estas personas han perdido el contacto con su realidad interna. La desconexión -la disociación- pone en condición de no sentir los sentimientos correspondientes a la situación en que se está viviendo. Cuando la persona no utiliza el mecanismo de defensa disociativo, se pone en contacto consigo mismo. En otras palabras, el individuo en su condición de auténtico siente el sentimiento correspondiente a una situación determinada; puede vivenciar su realidad e incorporar esa experiencia en su actividad futura. Este contacto del individuo consigo mismo entraña la posibilidad del darse cuenta ya que la existencia de una situación con el sentimiento correspondiente es posible convertirla en un acto intelectual de reconocimiento genuino. La disociación está en relación con la confusión. La disociación es básicamente afectiva y la confusión es básicamente intelectual.

3.3.5. Represión.- Dentro de la gama de mecanismos muy en juego en los sectores de conducta se tiene el no percibir, el no sentir, el no verbalizar, y el no expresarse. Estos cuatro aspectos negativos se refieren tanto a la caricia o al acariciar cuanto a la agresión o al agredir. La represión es el mecanismo de defensa, merced al cual determinados contenidos son rechazados de la conciencia y son mantenidos en el inconsciente. Involuntariamente, se mantienen defensivamente inexpresadas las cargas a--

fectivas, de toda índole, las representaciones intelectuales de toda índole y, en general, todas las formas expresivas que, de ser expresadas, generarían sentimientos desagradables. Estos, que pueden ser de miedo, angustia, dolor, violencia, etc., pueden ser los resultados de la expresión en sí de lo reprimido, o pueden resultar como rebote por efecto del conflicto o complejo existente. Si un ser reprime una expresión de afecto puede ser como defensa ante su propio temor al rechazo o para evitar la angustia que le produce el ir en contra de los introyectos de que las expresiones de afecto han de llevarse a cabo sólo ante determinadas personas y en determinadas circunstancias. La expresión de agresividad puede ser reprimida bien sea por el temor a la respuesta y a que"se arme un lío y a mí me gusta la paz" o porque podría generarse, entre otros sentimientos desagradables, uno de culpabilidad porque el niño de esa persona ha introyectado que la agresión no debe expresarse y el ser verdaderamente bueno nunca es agresivo sino, por el contrario, pasivo, receptivo y "tiene que poner la otra mejilla".

Una forma voluntaria que utiliza el mismo mecanismo de defensa es el denominado control. El individuo no se expresa, controla sus emociones al punto de utilizar una máscara con el fin de no darlas aconocer. La utilización de los mecanismos defensivos represivos, inconscientes y conscientes, involuntarios y voluntarios se conocen también con el nombre de bloqueo. En esta situación la persona es incapaz de expresar lo que genuinamente está sintiendo.

Hay seres que utilizan este mecanismo continuadamente y

en quienes la imposibilidad, incapacidad o dificultad para expresar sentimientos les aumenta enormemente la carga afectiva. Si las emociones reprimidas son de tipo agresivo, suele ponerse en juego el mecanismo de defensa descrito como retroflexión de modo tal que la agresividad se vuelca contra la persona misma y, a los sentimientos desagradables de índole diversa descritos más arriba, se agrega la depresión con sentimiento de incapacidad para la propia autoafirmación.
En muchos seres humanos la represión es un objetivo que ha de ser alcanzado por uno mismo o por otros como un fin valioso y significativo :"Hay que sufrir calladamente","No respondas a los insultos,tómalos como de quien vienen","Una persona que se respeta no debe expresar que ama a otra,salvo...","Los niños machos no lloran", "Las niñas buenas no corretean mostrando las piernas". Todas estas aseveraciones corresponden a formas de expresión conculcada a los demás. Esto forma parte preponderante del proceso educativo impartido por quienes pretenden mantener sus propios mecanismos de defensa entre los otros.Cuando lo que se reprime son afectos agresivos,lo que se expresa y manifiesta es el resentimiento. Hay seres cuyos resentimientos se expresan hacia sí mismos,hacia adentro,con desesperación y fastidio,como una autodestrucción en que el individuo va corroyéndose.En otras personas el resentimiento no es reconocido y se expresa hacia el otro destruyendo los símbolos que corresponden a aquello hacia lo cual ha reprimido la agresividad.En otras palabras,se aúnan la represión con el desplazamiento y la sustitución. El ejemplo típico de ello lo constituye la conducta de los políticos fanáticos y de los dictadores psicópatas que, independiente--

mente de los resultados que su conducta pueda lograr, destruyen los símbolos de aquello que les ha causado el resentimiento. En otras palabras destruyen los símbolos de aquello hacia lo cual no han podido verter su agresión genuina. Lo único penoso de todo esto es que por la existencia de conflictos internos los países pagan el peso de la mano monstruosa de los dictadores.

3.3.5. Confluencia.- La confluencia corresponde a la anormal percepción del mundo en el sentido de la pérdida, de la disminución o de la deformación de la división entre el ser y el mundo. La confluencia, o percepción de unicidad entre el ser y el mundo se da en el éxtasis. Los rituales para ser practicados por muchas personas por igual, las marchas en masa, las actividades masivas, la uniformización castrense, religiosa, sectaria y de cualquier tipo son diversas expresiones del mecanismo de la confluencia.

En sus momentos extremos se produce una difusión de la diferencia entre el yo y el otro. Cuando el fenómeno es crónico el individuo no se siente a sí mismo. Si la confluencia es entre el yo que se acepta, y el yo que no se acepta o se rechaza, el fenómeno de la confluencia conduce, por último, a una confusión entre lo aceptable y lo rechazado. El individuo rechaza algo pero no acepta ese rechazo. La situación es de contradicción, de rechazo sin la acción repelente; equivale a la náusea en que lo rechazado no es vomitado. Por eso es que el resultado de la confluencia pueden ser molestias digestivas, gastritis, flatulencia, etc. El ser tiene deseos sexuales, lo cual es aceptado, pero si al mismo tiempo

rechaza el deseo sexual, hacia determinada persona; el resultado puede conducir a una frigidez o a una impotencia. La confluencia entraña una negación de las diferencias existentes entre el yo mismo y entre el yo y el otro. La no aceptación de las diferencias significa un propósito de rechazo de una de ellas o sea de una parte del yo o, por lo general, del otro. Si el rechazo es del otro se tiene el autoritarismo, el orgullo, el propósito de cambio, el afán proselitista, el presionamiento educativo y así sucesivamente. La no aceptación de diferencias rechazándose uno a sí mismo se convierte en sensación de inferioridad, afán de superación, afán de perfeccionamiento, sentimiento de culpa y así sucesivamente hasta la depresión, el rechazo de sí mismo, el sentirse caca. El hombre en confluencia patológica no sabe quien le está haciendo qué cosa a quien. Está confundido.

La confusión es el sentimiento de no llegar a comprender lo que se podría y/o quiere comprender. En algunas personas la confusión está en sí mismas, pues no precisan en sí mismos los límites entre lo externo y lo interno, entre lo objetivo y lo subjetivo, entre lo formal y lo auténtico. Quien tiene este tipo de confusión tiene problemas de identidad y no puede, ni siquiera tentativamente, reconocerse como persona ni responderse a las preguntas: ¿Quién soy?, ¿Qué hago?. Hay otros seres que al no sentir su propia confusión la perciben y la sienten proyectivamente en los demás. La confluencia es un mecanismo muy frecuentemente utilizado por el adolescente. No por el adolescente, como individuo perteneciente a determinado grupo de edad, sino por el sistema adolescen-

dolescente del ser humano. Corresponde al no saber qué es lo que se siente o qué es lo que se quiere.
En la confluencia se usan los pronombres "nosotros" (Nosotros somos los buenos ciudadanos), "todos" ("todos los padres tienen que tener cierta severidad con los hijos"), "nadie" ("a nadie se le puede ocurrir algo semejante"), "nada" ("nada sale bien en este país"). La confluencia responde a las preguntas : ¿Qué hacemos, qué sentimos todos?, ¿Qué hacemos, qué sentimos nosotros?, ¿Qué hacemos, qué sentimos la mayoría?
El potencial neuropático se orienta y responde, a las preguntas anteriores, en el sentido de la autodestrucción y de la autoagresión : ¡Todos tendemos a destruirnos!, o ¡Nos estamos reventando!
El psicópata responde en el sentido de que todos hacemos algo orientado hacia el destruir o el agredir al otro.
El potencial neuropático orienta hacia que todos somos diferentes (la neurosis mía es totalmente diferente a la de los demás, cada momento de mi neurosis es diferente a otro síntoma o momento de la neurosis ajena).
En el aspecto psicopático la confluencia en cambio se plantea como una situación de igualdad orientada por lo general en el sentido de la salud. Las aseveraciones son algo así como : "Todos somos iguales", "Nadie tiene enfermedades mentales", "Todos podemos sobreponernos","Fíjate que bien estoy, tú también puedes lograrlo!","Todos podemos alcanzar la salud por nuestro propios medios", etc.

CAPITULO IX

HACIA UNA DIALECTICA PSICOLOGICA

1.- Lo potencial y lo expresado

Todo individuo es, en realidad, un ser potencial en el sentido de que en cualquier y en todo los momentos de su vida se expresa sólo en una parte de sus posibilidades. Ningún ser humano se expresa totalmente en ningún aspecto,ni tan siquiera en un instante de su existencia. Tampoco en los momentos climácticos de la vida se da un verterse total y plenamente en un acto de conducta. Este hecho de la no expresión plena del ser determina o está determinada por la existencia potencial del no ser, así como por los aspectos, también potenciales del debe ser, poder ser y querer ser.

En relación con el no ser hay que tener peresente que cuando una persona es, al mismo tiempo deja de ser, en alguna forma. Asimismo en muchas ocasiones la persona actúa en determinada forma y dice "Yo no puedo ser el que ha hecho esto", "Seguramente tengo doble personalidad". Hay, en efecto, en cada persona un conjunto de dobles vertientes de cada [illegible], [illegible]entimiento o modo de expresión. Cuál de las dos vertientes será la que se exprese dependerá de la situación y del mo

mento mismo. La condición del ser se opone a la posibilidad del deber ser. Inversamente, cuando la persona es "lo que debe ser" con demasiada frecuencia no es lo que realmente es, o sea que no es genuina ni auténtica. En el primer caso sucede que una persona actúa, piensa o siente de determinada manera pero, al mismo tiempo, se dice a sí misma "Pero yo debo ser de modo diferente". En este caso la persona no se acepta como es sino que desea cambiarse para llegar a ser "Como debiera ser". La posición inversa es la de aquella persona que considera que es "Como debe ser" aún sintiendo que esa condición no es la que verdaderamente le satisface. Se opone aquí el deber ser, como algo forzado, con lo que se quisiera ser, como algo deseable.

En otro conjunto de dos polos dialécticos, esto es de un dipolo, se da la oposición entre el ser real y el poder ser. Una forma de expresión frecuente de este dipolo es, en algunas personas, como un "Yo puedo hacer cualquier cosa" en oposición a otras personas que plantean "Yo no puedo hacer nada de eso". Una y otra aseveración corresponden a actitudes internas opuestas y que pueden manifestarse en la misma persona en diferentes momentos de la vida. Esto viene a ser la dialéctica que se establece entre el yo quiero ser así y el yo no quiero ser así. Esta oposición se expresa en la misma persona bajo la forma de una aceptación o no aceptación de sí mismo. Básicamente el querer ser como uno no es o el no querer ser como uno es, constituye el problema de la no aceptación de sí mismo. El querer es un jalonear al ser hacia algo. El jaloneo es una forma de no aceptación.

2.- Introversión y extroversión

Todo lo anterior puede darse en multitud de circunstancias o situaciones y aparecer bajo la forma de aspectos poco característicos de la persona, como rasgos definidos del carácter, como partes definitorias de la personalidad o como una forma de vida.

Uno de los polos de este conjunto - que va desde los aspectos esporádicos, pasando por los rasgos hasta el modo de ser definido y característico -, se plantea como una forma de expresión hacia afuera de la energía interna, particularmente de los impulsos vitales y de los sentimientos básicos correspondientes. Se trata de una extratensión con extroversión. La extratensión corresponde a un acúmulo de energía orientada hacia afuera. La extroversión significa vertimiento de la energía hacia afuera.

En el otro extremo la energía interna, correspondiente a impulsos básicos, va orientada hacia adentro, o sea en dirección intratensiva. Con frecuencia esta energía no es expresada abiertamente sino, con vertimiento de ella hacia adentro, en lo que se llama introversión.

A continuación se presentan una serie de aspectos del modo de expresión del potencial personal de impulsos y sentimientos básicos. En su forma más leve los impulsos expresados corresponden simplemente a aspectos de la persona. Cuando son más marcados se aprecian como rasgos y en formas más afirmadas y constantes corresponden a lo que se conoce como los modos de ser extrovertido o introvertido. En sus expresiones más intensas y marcadas corresponden a las manifestaciones o psicopáticas o neuróticas del modo de ser. Recuérdese que los dipolos potenciales que se mencionan y su modo de expresión coexisten en todo ser humano. Según la situación interna o la circunstancia externa variará la expresión de cada cual. Según la coyuntura temporal o espacial, el ser expresará más o menos de una u otra forma sus potencialidades : extratensiva o intratensiva. Esto se debe a que en el

ser hay potencialidades de vertimiento de los impulsos básicos hacia afuera (agresión externalizada) o hacia adentro (agresión internalizada). En el primer caso se hará patente la agresión y la eventual explosión. En el segundo caso lo que se patentizará será la depresión y la implosión, o sea, explosión hacia adentro.

En las páginas que siguen se presentan diversos aspectos que pueden adquirir los dipolos extratensión-intratensión; introversión-extroversión; agresión-depresión; psicopático-neuropático. Téngase en cuenta que los primeros términos de cada dipolo se relacionan entre sí sin ser equivalentes. Igualmente, los siguientes términos de cada dipolo no son sinónimos pero suelen coexistir y expresarse conjuntamente.

2.1. Agresión ajena y agresión a sí mismo -

En lo que concierne a la forma de expresión de impulsos básicos puede verse que ellos van orientados hacia afuera como agresión ajena, o hacia adentro como agresión a sí mismo. Los impulsos de protección a su vez pueden orientarse hacia la protección de sí mismo (con agresión hacia afuera) o hacia la protección ajena (con agresión dirigida hacia sí mismo).

La autodefensa entraña la agresión hacia el otro. La sobreprotección propia es la medida del desvalimiento en que queda el otro.	La defensa del otro es la medida en que se favorece la agresión a sí mismo; la sobreprotección orientada hacia el otro es la medida del propio desvalimiento.
En cada ser existe un potencial que es autoconstructivo, egocéntrico, egolátrico, narcisístico y heterodestructivo	En cada ser existe un potencial que es autodestructivo, de sometimiento, casi siempre orientado hacia la creación

Esta destrucción de lo ajeno está, en muy buena parte, determinada por el hecho de que el sujeto, que pone en juego este potencial, considera a todos los objetos como tales, y a todos los seres como objetos. No hay una subjetividad, ni siquiera una subjetivación emocional que permita la incorporación de los objetos, como sujetos ni de los seres como sujetos, sean ellos de amos o de odio. Este potencial es agresivo hacia afuera. Esto se aprecia frecuentemente como cólera. Lo anterior se relaciona con la extratensión y la extroversión. En sus formas leves se manifiestan como rasgos psicopáticos. En sus formas graves, como conductas psicopáticas. Por pasos sucesivos y cuando se produce consecuentemente un sufrimiento ajeno el cuadro constituye lo que se ha venido denominando psicopatía.

de valores "afuera" de uno mismo, o sea, es heterocreador. En este aspecto es altruísta. Quien pone en juego este potencial considera a los objetos y seres como sujetos de afecto, cargados de subjetividad. Al movilizarse este potencial se incorporan los objetos al mundo subjetivo y emocional. Este potencial orienta hacia la depresión, pues la agresión hacia adentro se torna en sufrimiento. Todo lo anterior se relaciona con la intratensión y la introversión. Sus manifestaciones leves son vistas como bondad de carácter. En formas más marcadas se plantean como rasgos neuróticos. En sus formas extremas se presentan como conductas neuróticas. Por pasos sucesivos y a medida que la persona sufre por sus síntomas se llega a la actuación conocida como neurosis.

2.2. Destructividad-sobreprotección

La potencialidad agresiva y la depresiva pueden, no solamente coexistir sino expresarse simultáneamente y con la misma fuerza. Por otra parte, en situaciones determinadas semejantes y repetitivas, la persona puede ser unas veces sumamente sobreprotectora y en otras altamente destructora.

Ser altamente destructiva corresponde a la aparición del potencial psicopático. Cuando se expresa el potencial agresivo la persona no encuentra valores existentes en los demás y/o rechaza aquellos que reconoce que existen. En el potencial psicopático no se reconocen, ni se encuentran valores en aquél que los tiene. En buena parte, esto se debe a que los valores tienen menos importancia. La destructividad se orienta con frecuencia hacia símbolos de significado moral o jerárquico por los cuales no se guarda el respeto tradicional y, antes bien, el sujeto pretende imponer su tabla de valores. La destructividad, en su forma más sutil, puede plantearse como un simple rechazo, doloroso para el otro.

En la condición sobreprotectora se expresa el potencial neuropático. Se ha visto ya, que la neurosis es deformación de la realidad. En el potencial intratensivo se recorta la importancia de valores existentes en sí mismo hasta el punto de que se encuentran en los demás valores no existentes. Dicho en otras palabras, no se encuentran en sí valores existentes y en cambio se encuentran los valores inexistentes en las otras personas. Este aspecto puede ser marcado, en cuanto corresponde a lo que se denomina potencial neurótico, hasta el punto del encuentro de valores en quien no los tiene. Cuando se expresa este potencial se suele dar importancia a los valores tradicionales y al respeto jerárquico. El individuo se somete a las jerarquías y acepta la moral tradicional. La sobreprotección suele presentarse como el amor que ahoga.

2.3. Seguridad - inseguridad -

La capacidad de enfrentamiento de la realidad, propia y ajena, varía de sujeto a sujeto. Además, en cada cual, varía según la circunstancia. la capacidad de enfrentamiento va ligada al sentimiento de seguridad. Cuanto mayor es la seguridad mayor es la capacidad de enfrentamiento. A su vez, ambos se vinculan con el sentimiento de "tener razón".

La capacidad de enfrentamiento consigo mismo y con los demás es máxima en la expresión del potencial extratensivo.

Otro aspecto de la potencialidad depresiva potencial es la dificultad del enfrentamiento consigo mismo y con la reali-

De allí que casi siempre el potencial psicopático entraña una liberación de los aspectos formales. El individuo anda seguro de sí mismo. Considera que tiene la razón y que los demás se equivocan. Reincide en sus errores y aunque suele afirmar "si me convencen yo cambio inmediatamente", resulta que nadie lo llega a convencer. Lo anterior hace que el ser encuentre en sí apoyos, autoapoyos, en su propia interioridad.

dad en que se vive. Hay también una menor posibilidad de liberación interna. El individuo anda inseguro de sí mismo. Considera que los demás tienen la razón y por ello suele aguantar situaciones desagradables y hasta nocivas para su persona. Es sugestionable y cambiante. Aunque ello le sea desagradable, hace lo que cree que los demás desean de él. El individuo está, en este caso, falto de apoyos propios y estará necesitando y buscando apoyos externos, heteroapoyos.

2.4. Despreocupación - preocupación -

En toda rama del saber se dan pequeños signos externos, apenas perceptibles, de aconteceres más profundos no directamente perceptibles, cuya verdadera significación la pueden determinar quienes conocen el asunto de que se trata y saben los procesos de cambio energético involucrados. Es lo que acontece cuando se ve un témpano de hielo flotando en el mar: quien no conoce piensa que debajo del agua puede haber una masa de hielo igual, menor o mayor que la que sobrenada; quien conoce, sabe que la masa de hielo sumergida es muchas veces mayor que la del hielo que se ve.

En la vertiente psicopática la tendencia es a disminuir la importancia de tales signos. El individuo ignora o pasa por alto su propia sintomatología y es de la actitud "que muera la gallina con su pepita". La sintomatología ajena, vista a través de los

En la vertiente neurótica se tiende a incrementar el significado de estos signos. El individuo puede entrar en hipocondría en función de ello. Tratándose de los signos ajenos, quien los ve con carga neuropática quedará impresionado y más o menos alterado

rasgos psicopáticos, es men-- guada en importancia y será recibida con algo así como : "Eso no es nada", "Pero si e- so lo tiene todo el mundo", "Eso es normal tratándose de personas de esa condición" "Ah! pero uno no va a estar preocupándose por esas tonte- rías". Esta actitud conduce, entre otras cosas, al lanza-- miento de la verdad, indepen- dientemente de los efectos que pudiera producir en el o- tro. Si existe algún tipo de preocupación ella se orienta hacia sí mismo, con desinte-- rés hacia lo que pasa o pudie ra pasarle al otro.

por la sintomatología del o-- tro. Los signos y síntomas a- jenos al ser agrandados y a-- gravados, son recibidos con sentimientos que se expresan con : "Qué horror, hay que ac tuar inmediatamente" "Esto puede ser grave", "Esto es al go único", (así sea algo fre- cuente). Esta actitud condu - ce, entre otras cosas, al o-- cultamiento de la verdad con el fin de no hacer sufrir. La preocupación excesiva se o -- rienta con frecuencia hacia los demás con despreocupación por sí mismo.

2.5. Egoísmo - altruismo

Aparte de la dirección de la energía psíquica, hacia adentro o hacia afuera, debe apreciarse el contenido fundamental de ella que puede ser "yo" o "tu".

Cuando se pone en juego el po tencial extratensivo el conte nido fundamental, usualmente, es "yo".
El individuo en esos momentos aparece como egoísta, egocén- trico. Estos sentimientos son socialmente repudiados. La ex presión de las energías con contenido egoísta puede lle-- var al holocausto ajeno. El sujeto es visto como desconsi derado pues toda su actitud produce frustración en loa de más.

Cuando se expresa el poten--- cial intratensivo, el conteni do usual suele ser el "tu".
El sujeto en esos momentos o casos es percibido o conside- rado como altruísta y genero- so. Estos sentimientos suelen ser objeto de reverencia so-- cial. La movilización de la e nergía con contenido altruís- ta puede conducir a la situa- ción de ir al martirio por el otro o en vez del otro. El in dividuo es visto como conside rado pues se frustra a sí mis mo para complacer al otro.

2.6. Compulsión - obsesión

Una de las formas de expresión de la inseguridad, a través de la sobrecompensación, es lo que en alemán se llama zwang. No existe una traducción castellana adecuada de esta palabra para uso psicológico. Se trata de un sentirse o ser forzado, de algo que se impone desde afuera. En nuestro idioma hay dos palabras que reunidas corresponden a zwang, ellas son compulsión y obsesión.

La compulsión corresponde a la realización de actos repetitivos, que quien los realiza reconoce como inadecuados pero a los cuales no puede oponerse de modo efectivo. El elemento central de la compulsión responde a la sucesión de los planteamientos psicológicos siguientes :

"Yo no soy malo", de ello se sigue "Yo soy el mejor". Como consecuencia de lo anterior se plantea el acto forzado a partir de un : "Debo hacer (construir)", "Yo debo deshacer (destruir)".
La compulsión constituye una de las formas cómo es manejada la inseguridad a través del potencial extratensivo. Todo acto es de hecho la expresión de una agresión sana. La repetición excesiva, anormal, sobrecompensadora de un acto es, justamente, la compulsión cuyo contenido agresivo hacia el otro suele ser muy claro aunque a veces se ve enmascarado por los mecanismos de defensa intraten

La obsesión es la existencia de pensamientos repetitivos que el que los tiene los siente como impuestos y en cierta forma ajenos a él, percatándose al mismo tiempo de que son suyos y de que no son totalmente sanos, normales o adecuados. El elemento central de la obsesión responde a la situación psicológica siguiente : "Yo soy bueno", de ello se sigue : "Yo no soy malo". Como consecuencia de lo expuesto más arriba no se plantea el acto pues la concatenación conductual va con los mandatos incorporados siguientes : "Yo no debo hacer (Construir)", "Yo no debo deshacer (destruir)".
La obsesión es una de las formas cómo es manejada la inseguridad a través del potencial intratensivo. La inseguridad básica es, justamente, un impedimento para la acción. Toda la energía psíquica se mantiene internalizada. El proceso de introversión sólo permite la disminución de la tensión por efecto de la repeti-

sivos que se ponen en juego simultáneamente y que condicionan conductas compulsi -- vas, tales como la limpieza repetitiva, la compulsión al orden y tantas otras. Muchas de ellas son no sólo aceptadas socialmente sino, de hecho, promovidas como desea-- bles.

ción de pensamientos. Con frecuencia interviene el mecanismo de defensa del perfeccio-- nismo con el fin frustrado desde el comienzo, de concluir un ciclo de suyo interminable. La obsesión, como la compul-- sión son resultantes de los vínculos sociales del individuo pero, en oposición a la compulsión, la mayoría de obsesiones son socialmente re-- chazadas, muchas de ellas simplemente por inoperantes.

Los rasgos compulsivos y obsesivos se dan siempre conjunta-- mente - como conjuntamente se dan los potenciales extratensivos e intratensivos en general - aunque con frecuencia predomina uno de ellos. De todas maneras, para los efectos prácticos, la conducta correspondiente a este dipolo se conoce como conducta obsesivo-compulsiva porque viene a ser la conducta "forzada" con aspectos extratensivos e intratensivos.
El ciclo psicológico puede ser muy variado, tratándose de la obsesión-compulsión. Algunas de las posibles variantes del ciclo son : "Yo no soy malo", consiguientemente "Yo no debo (ensuciar la alfombra por ejemplo). "Yo no soy malo", consiguientemente "Yo debo (ir a misa los domingos o todos los días por ejemplo)". "Yo soy bueno", consiguientemente "Yo debo (ir a misa todos los días)" o, "Yo soy bueno", por consi-- guiente "Yo no debo (hablar con gente mala)". Los ejemplos pueden multiplicarse indefinidamente y las posibilidades, asimismo, aumentarse a todo lo que puede dar los cruces de los planteamientos anteriores conducentes siempre a que la persona se autoasegure de modo anormal.

2.7. Esperar - desesperar

Espera, esperanza, serenidad, paz, sin necesidad de apoyos externos, es la secuencia deseable de acontecimientos psicológicos, tal como sucede con ciertas culturas orientales. A esto se le suele llamar fatalismo. Quienes han atisbado la psicología del indígena de las montañas del Perú, del Ande, podrán darse cuenta de lo que acaba de decirse y con ello explicar la ausencia de este aspecto del sustrato anómalo en el indígena no occidentalizado. El hombre occidental ha perdido la capacidad de espera. El salvaje y el oriental son capaces de esperar indefinidamente, sin perder la calma. La ansiedad por la espera sería pues una característica del hombre "evolucionado", o del hombre que no ha alcanzado la paz interior. El hombre occidental desea prolongar, indefinidamente, los momentos bellos. Desea acortar al mínimo los momentos desagradables y se desespera en la espera, lo que quiere decir que desea acortarla también al mínimo. El hombre occidental se tiene pena a sí mismo y, en su egocentrismo, egolatrismo y egoísmo, pretende poner al tiempo a su servicio. Los momentos tienen que acortarse o alargarse a guisa del hombre que los vive. La psicopatía y la neurosis desde ese punto de vista, serían una inadecuación del hombre a la tiranía del tiempo. Se trataría de ritmosis, de un desfasamiento entre el tiempo real y el tiempo deseado. Cuando el desfasamiento no existe y los tiempos coinciden, lo que acontece es el sentimiento de plenitud y el individuo no vive nada anormal. En todos los demás momentos el individuo presenta el desfasamiento que lo hace infeliz. El tiempo al ser vivenciado como más largo o más corto de lo que el individuo pretende, impide la plenitud de la vivencia. Esto no quiere decir que el problema de la psicopatía y la neurosis se

reduzca a un aspecto de la alteración de la consciencia del tiempo. Lo que sí es evidente es que no se puede dejar de considerar este factor que es, al mismo tiempo, consecuencia y origen de situaciones psicopáticas y neuróticas.

En el sujeto extratensivo la espera no es importante : él es que hace esperar. La vida es sentida como un acontecer sin tragedia. Al individuo agresivo no le importa lo que acontece con otras personas que no sea él mismo. En la medida que tiene seguridad sus espectativas son optimistas. Es despreocupado.

El individuo intratensivo tiene un sentido más trágico de la vida porque la siente como un conjunto de acontecimientos potencialmente catastróficos. La madre neurótica espera a su hijo a partir de determinada hora (la hora a que ella le ha dicho de regresar) en un estado de angustia, a veces hasta de pánico pues considera que a partir de esa hora puede haberle sucedido algo al chico que no regresa. El neurótico se angustia no tanto por la pérdida potencial del otro ser en sí, cuanto por lo que la pérdida significa para sí mismo, para él mismo. La preocupación neurótica es, contrariamente al interés sano, expresión de una ansiedad e inseguridad egocéntricas y egoístas.

2.8. Vehemencia - angustia

Tanto tratándose de la despreocupación del psicópata cuanto de la preocupación angustiada del neurótico, el elemento común es el egocentrismo. La posibilidad de aceptar la soledad es una característica de la personalidad integrada.

La necesidad invencible de compañía en la soledad es indicadora de rasgos o situaciones psicopáticas. La vehemencia, asimismo, corresponde a un rasgo psicopático.
El psicópata es vehemente. El problema de la vehemencia se relaciona al mismo tiempo con la afectividad y con la consciencia del tiempo. La vehemencia ha de ser entendida como un afecto desagradable que indica que el individuo está descontento con una situación que desea cambiar cuanto antes o, cuando menos, piensa estar más satisfecho con alcanzar, cuanto antes, otra situación. En esas condiciones el sujeto considera que el tiempo es demasiado largo para que el cambio acontezca. El individuo vehemente psicopatiza las situaciones así como, por otra parte, las situaciones psicopáticas son aquellas que tornan vehemente al individuo, que hacen desear,-aquí y ahora-, o rechazar,-aquí y ahora- estados, condiciones, valoraciones de su situación que, con actitudes no psicopáticas hubieran requerido un tiempo mucho mayor para plasmarse.

Espera, desesperanza, desesperación, angustia, son un continuo de afectos que en la civilización occidental constituyen la regla y fundamentan el sustrato neurótico. La angustia en la soledad es expresión de los aspectos neuróticos. En lo neurótico la esperanza o la espera trae consigo sentimientos de angustia. En este sentido los sinónimos de esperanza pueden dividirse en dos grupos. Los que corresponden a esperanza serena y el grupo de los términos que significan esperanza que, a su vez, entraña desesperanza.
La desesperanza-en oposición a vehemencia-corresponde al sentimiento de pérdida futura con angustia frente al tiempo. Para el desesperanzado el tiempo transcurre demasiado lento por el afán que tiene el sujeto para que de una vez llegue el final de la situación, se acabe todo de una vez y concluyan los sufrimientos.

2.9. Impredictibilidad - predictibilidad

La respuesta emocional o afectiva del ser humano no es controlable a voluntad. Por ello es que en toda respuesta hay un cierto margen de predictibilidad-impredictibilidad.

Tratándose de los rasgos psicopáticos ellos se expresan en conductas y reacciones impredictibles. En ese sentido el individuo no es influenciable ni sugestionable. La expresión de los potenciales agresivos conduce a una conducta activa. El individuo "busca pleitos" y todo le importa "un rábano". Tratándose de estos aspectos el objetivo de la conducta es ganar. Todo es valorizado, todo es motivo de ambición en forma definida, marcada e intensa y bastante consciente.

Cuando lo que se expresa es el potencial depresivo, éste es relativamente predictible En este aspecto, el individuo es sugestionable. La conducta no está orientada hacia la acción. En muchas ocasiones el sujeto actúa, o no actúa, simplemente para evitar pleitos y para "mantener todo en paz" Tratándose del potencial depresivo el aspecto ganancial no es tan claro, en buena parte es subconsciente. Se pretende antes que el triunfo material, una suerte de triunfo moral o el logro de valores.

3. Caín y Abel

Dentro de cada ser humano existen todos los potenciales agresivos y depresivos descritos en este capítulo. Desde el punto de vista de los valores lo egoísta y lo altruísta, lo bueno y lo malo coexisten. Asimismo coexisten los impulsos y los antiimpulsos correspondientes. Coexisten en cada uno de nosotros otros muchos dípolos a más de los mencionados. Al coexistir estos potenciales puede decirse que en nuestro interior coexisten un Caín y un Abel en perenne conflicto.

CAPITULO X

DIALECTICA DE LAS RELACIONES HUMANAS

Tengamos confianza en el amor así como tenemos confianza en la vida; porque hemos sido hechos para tener confianza y porque en todo y en todos el pensamiento en torno a lo funesto y la fatalidad hace que los que a ellos se inclinan recelen de la verdad y de la autenticidad. Yo he visto más de una vida quebrada por el amor, pero si no hubiera sido el amor habría sido la amistad frustrada, la indiferencia, la inseguridad, la indolencia y la fragilidad lo que hubiera quebrado esa misma vida. El amor sólo destroza en un corazón aquello que es frágil y si destroza todo lo que hay ahí es porque todo lo que allí estaba, estaba por romperse.

Mauricio Maeterlinck
"De la Belleza Interior"

1. El individuo y la sociedad

Individuo del latín "indivi", indivisible y "duo", dualidad, significa la dualidad indivisible. El ser humano en esta acepción es considerado dual, es decir, constituído por cuerpo y alma. La arbitraria escisión del ser en cuerpo y alma, psicológico y orgánico, material y espiritual, no es mantenible a la luz de los conocimientos actuales, modernos, cada vez más acendrados, en el campo de la antropología, psicología, bioquímica, genética y en general de la ciencia. En la actualidad, se considera que el ser humano es una unidad indivisible.

Sociedad es un conjunto de individuos que, sin perder su individualidad, están unidos por un fin común. El núcleo social elemental, al par que básico es la familia. La familia básica o nuclear está constituída por los genitores, esto es, padre y madre y uno o más hijos. Existen otros grupos sociales que conforman parte de sociedades mayores. Estos grupos dentro de las sociedades se entremezclan y en parte se confunden pudiendo un individuo ser miembro de diversos grupos

y subgrupos expresando, en cada uno de ellos, parte de su individualidad.

El individuo se manifiesta por su conducta. Toda conducta es un proceso, sea de acercamiento o de alejamiento. La conducta de acerca -- miento es de aproximación y es la que conduce al contacto más o me-- nos permanente. La conducta de acercamiento conliga. La de alejamiento desliga, entraña un distanciamiento. El planteamiento dialéctico es que toda conducta de acercamiento a algo significa un alejamiento de algo. Esto constituye una fuente frecuente de conflicto en la medida en que la conducta no entraña congruencia como honestidad, consecuencia como espontaneidad, comprensión como integración, consis-- tencia como autenticidad y confianza como seguridad. Una de las formas más importantes es la conducta de comunicación.

2. La comunicación

En el contexto estructural de las tendencias instintivas gregarias-anacoréticas, existen necesidades e impulsos básicos uno de los cuales es el comunicarse-aislarse. Cuando el ser logra comunicarse no hay soledad. La comunicación es posible consigo mismo, con los otros y/o con los objetos. El proceso de la comunicación es aquel por el cual algo se hace común a dos o más partes, objetos o personas. La comunicación puede pues establecerse entre partes de uno mismo, entre uno mismo y uno o más objetos o entre dos o más personas. La comunicación es siempre entre totalidades. Por esto es que sólo a modo ilustrativo y analítico pueda considerarse que tiene lugar merced a procesos sensoriales, intelectuales y emocionales. En otras palabras la comunicación utiliza datos de los sentidos, procesos racionales y lleva consigo un aspecto afectivo.

Para que la comunicación sea plena y auténtica, adecuada a todo nivel, se requiere que los datos sensoriales no estén deformados. Esto no excluye la posibilidad de establecer comunicación estando los da-

tos sensoriales deformados, por ejemplo bajo los efectos de tóxicos como el alcohol o la marihuana, en cuyo caso la comunicación puede llegar a ser incluso intensa pero queda supeditada a la acción del tóxico, que la mediatiza e impide su plenitud al restarle naturalidad. El aspecto intelectual-de la comunicación-auténtica, plena y adecuada- ha de ser veraz, lógico y directo. Con esto no se excluye la posibilidad de una comunicación intelectual alógica o prelógica aunque, en estos casos, el valor de lo intelectual -del componente adulto- pierde importancia. En la misma medida crece la del aspecto afectivo tanto en el sistema del bebé cuanto en el del niño y en el del adolescente.En el sistema del bebé lo afectivo en estos casos se expresará como confianza. En el sistema niño los sentimientos serán de fe y creencia. En el adolescente los sentimientos resultantes serán de credulidad, sumisión. El componente afectivo está siempre presente en todo tipo de comunicación. El aspecto afectivo es lo fundamental para el establecimiento o la ruptura de todo vínculo. Lo afectivo es lo que confiere el sello distintivo a cada relación. Para que ésta sea adecuada el sentimiento tiene que ser genuino (ínsito en los genes), auténtico (perteneciente a y privativo de la persona que lo siente), espontáneo (expresado sin ambajes, directamente y sin reticencias), directo (orientado hacia el objeto mismo sin desviaciones ni desplazamientos). Con mucha frecuencia los sentimientos movilizados no reunen en las relaciones humanas las características mencionadas. Los sentimientos están pues, con frecuencia deformados. Esta deformación acontece, fundamentalmente, en el curso del proceso educativo especialmente durante los primeros periodos del desarrollo humano.

Si el ser está continuamente consigo mismo no tiene que sentir soledad en el caso de que sea auténtico. La soledad no es pues la situación de estar solo físicamente sino la de no ser auténtico. La comunicación con el otro ser, o con la otra persona, está sometida a las

variables externas, que son objeto de la teoría de las relaciones humanas, que van de lo normal a lo anormal, de lo sano a lo patológico de lo significativo a lo intrascendente. Cuando el otro o la otra persona no están o no existen aquí y ahora surge la añoranza.
En cuanto a la posibilidad de la comunicación con el mundo exterior (con exclusión del otro), ella es más fácil y plena con la naturaleza "natural" que con la naturaleza modificada por el hombre. Asimismo, es más difícil comunicarse con el mundo artificial del plástico, del acrílico y del vinílico. Es por esto que el hombre solitario en el campo resiste mejor la soledad que el hombre solitario en la ciudad. En un terreno descubierto puede suceder y tenerse la certeza de que no hay ninguna otra persona y sin embargo, a pocos kilómetros, pueden existir otros seres con quienes sería posible la comunicación En la ciudad sucede esto de modo inverso, ya que se tiene la seguridad de que, a pocos metros de donde uno está, hay siempre otra persona con la cual, de modo muy frustrante, generalmente no es posible comunicarse. El gran solitario es pues el solitario de la ciudad a quien si no se encuentra auténticamente consigo mismo, le resulta difícil comunicarse con lo que no admite comunicación (el concreto, el asfalto, el plástico) y ello es una circunstancia en que se sabe solo pero siempre le queda la duda, la sospecha, la esperanza, la inquietud de que, a lo mejor hay alguien con quien pueda comunicarse. Si lo que la persona siente es la soledad, lo que busca es comunicación. La situación es similar a la del suplicio de Tántalo que tiene sed, tiene el agua frente a sí y no la puede beber. Ello con el agravante de que el solitario de la ciudad no sabe si está o no realmente solo o acompañado. Y en la soledad surgen sentimientos que no guardan relación con la realidad. Esto constituye un núcleo importante de anormalidades. La relación entre seres humanos siempre es de totalidades. La comunicación entre estas totalidades puede considerarse como un enfrentamiento o como una intimidad. La acción de un

individuo A ante otro B siempre es productiva ya que siempre produce una reacción. A su vez la reacción en B constituye una acción que ocasiona una reacción en A. Esta secuencia es lo que se denomina transacción, que es algo que puede ser destructivo o constructivo pero que, de una u otra forma, es siempre creador.

3. Niveles de relación

Los niveles de relación entre seres son los siguientes : sensorial, erótico, sexual y genital.

La relación sensorial o sensual es aquella que se establece por la participación de los órganos de los sentidos. El término sensual se aplica en su sentido prístino, etimológico y no en el sentido de relación teñida de lascivia. Lo fundamental de la relación sensorial es la puesta en marcha de los elementos sensitivos y sensoriales como fundamento básico del encuentro. Al otro ser, u objeto, se lo escucha, se le ve, toca, huele, se le siente la presión que produce o el calor que emite. Por la conjunción de diversos estímulos sensitivos o sensoriales se establece este primer nivel de relación en el cual uno de los miembros de ella puede no percatarse de que la relación se establece. Por ejemplo cuando alguien mira a otro por primera vez y siente su presencia sin que el otro se percate.

La relación erótica es aquella que entraña un vínculo amoroso. Como el término erótico, el término amoroso se emplea aquí en su significado etimológico de vinculación grata y significativa. En este contexto el término erótico es más bien excluyente de lo sensual, lo sexual y lo genital por lo menos en su pleno desarrollo. Cuando se trata de la relación erótica se tiene que a la relación sensorial se agrega el agrado o desagrado. Esto es más claro y forzoso para las relaciones que se establecen en función de los sentimientos más elementales (tacto,gusto,olfato). La relación sentida como agradable, genera y establece un vínculo positivo, que es deseable como para

ser mantenido o renovado. En esa forma se conjuncionan sentimientos diversos. En otras palabras, se integran cargas motivacionales para la prosecución de la relación. En otros casos, por el contrario, el vínculo puede tomar un tinte desagradable y establecerse un propósito motivacional de término de la relación, desinterés en ella, sentimiento de que a nada conduce. En ambos casos lo importante es la positividad o negatividad del vínculo erótico, considerando este término en el sentido etimológico de eros, amor. Desde este punto de vista la relación erótica no tiene nada que hacer con la utilización del término en el sentido usual de pornográfico o sexualmente incitante. El término se refiere a la vinculación amorosa en el sentido más amplio de una comunicación grata, merced a la cual se crece, se dan y se reciben sentimientos estableciéndose un nexo significativo entre dos o más seres. Inversamente la situación puede ser de desamor por lo que entraña valencias contrarias a las planteadas en las líneas anteriores.

La relación sexual es la que se establece cuando el sexo cobra significado y valor para el vínculo. En este sentido, a más del nivel sensorial y del nivel erótico, en alguna forma, consciente o subconsciente, se plantea la noción de la similitud o diferencia sexual entre los integrantes de una relación. En el primer caso se trata de un vínculo homosexual, en el segundo la vinculación es heterosexual. El individuo que se relaciona con otro toma nota del sexo propio y ajeno y de ello se desprenden determinados matices en la relación. En función del sexo se promueven acercamientos o alejamientos, incrementos o decrementos en la intensidad de la relación, ésta aumenta o disminuye en su interés para cada uno de los participantes. La relación genital es de hecho una forma de relación sexual en la que toman valor y significado la procreación y, naturalmente, los órganos que en ella intervienen. A este nivel la relación se orienta hacia la máxima intimidad posible y trae consigo, en condi--

ciones usuales, el acercamiento que ha de conducir a la cópula. La relación puede ser homogenital o heterogenital según el sexo de las personas cuya reacción se genitaliza.

Cada uno de los niveles de relación, que se acaban de mencionar, requiere para su desarrollo la existencia de los otros. El orden de presentación es arbitrario pues los niveles se imbrican y traslapan. En la realidad todos se integran. No puede pues existir una relación genital si no la hay sexual; sexual si no la hay sensorial; ninguna de ellas puede establecerse si no existe una vinculación erótica. Se entiende que esto acontece en un proceso de vinculación normal entre dos personas. La relación es anormal cuando se plantea sin que se haya estructurado alguno o algunos de los niveles. Como ejemplo, basta apreciar como una relación a nivel genital, sin que haya vinculación erótica, constituye una relación anómala. Tal sucede en las relaciones de una prostituta con su cliente o en los casos de violación.

Planteados los conceptos de erotismo, sexualidad y genitalidad hay que pensar, para todos ellos, en la posibilidad de que fuesen precedidos de los siguientes prefijos : a(o an), hipo, dis, hiper, auto, alo, homo y hetero. Es prácticamente superfluo expresar los significados de los términos resultantes : anerotismo, hipererotismo, diserotismo, autoerotismo, aloerotismo, homoerotismo, y heteroerotismo. Asimismo, podría hablarse de asexualidad, hiposexualidad, hipersexualidad, etc. y otro tanto puede plantearse con la genitalidad. De esta manera se abre la posibilidad de una expresión mucho más técnica y sistemática de los problemas y situaciones en relación con estos aspectos de la vida humana.

4. El flujo de la relación

La relación normal contiene una cierta continuidad y estabilidad en los afectos. Sus consecuencias son los sentimientos y sensaciones personales de logro y la obtención de seguridad y afirmación de la propia persona, todo ello sin desmedro de los sentimientos de la otra persona. Antes bien, la plenitud en la relación sólo se obtiene cuando los resultados de la relación en la propia persona se acompañan de consecuencias similares en el o en los otros participantes de la relación. La plenitud en la relación significa que todos quienes participan en ella obtienen un enriquecimiento de sí mismos fundamentado en la continuidad de las experiencias significativas, surgidas en el curso de la relación. La relación interpersonal adecuada entraña sentimientos de gusto, de paz, de autonomía (ver Cuadro X,1). La plenitud de la relación se logra cuando cada uno de los integrantes tiene sentimientos de tipo similar. La posibilidad de expresión espontánea es imprescindible en la relación humana sana. En el momento en que se duda de cómo actuar, o se actúa de modo sopesado, exclusivamente racional, la relación está tomando ya un cariz inadecuado.

Es importante tener en cuenta que las relaciones humanas se modifican indefectiblemente en el curso del tiempo. Esta modificación puede ir de lo anormal hacia lo normal, de lo inadecuado hacia lo adecuado y/o de lo armónico hacia lo disarmónico y viceversa.

En la relación anormal se suscitan interrupciones en el curso de los afectos. Existe una inestabilidad en los mismos que hace inestable la relación. Se producen sentimientos de fracaso que generan y/o activan sentimientos de inseguridad, de malestar, de desagrado. Si lo que se expresa es el potencial extratensivo surgirán sentimientos de fastidio, aburrimiento y hartazgo. Asimismo crecerá la agresividad expresada como hostilidad conducente a la agresión psí--

quica, y/o física y concluirá en ciclo con el alejamiento geográfico de los que fueron miembros de la relación. Cuando se expresa el potencial intratensivo surgen el temor y el miedo indefinidos ante un futuro indefinible. En otras palabras surge la angustia. La agresión no expresada se torna en depresión. La autonomía, arrastrada en un proceso regresivo, se convierte en dependencia. En este caso no se produce una separación física, un alejamiento geográfico, aunque existe un distanciamiento psicológico. Tanto la expresión del potencial extratensivo cuanto la del intratensivo favorecen las conductas manipulatorias, o sea, aquellas orientadas hacia el logro de algo sobre la base de que el otro se sienta mal.

CUADRO X,1

Afectos resultantes de la relación de acuerdo al tipo de la misma

Tipo de relación		
Extratensiva	Normal	Intratensiva
Fastidio	Gusto	Angustia
Agresión	Paz	Depresión
Aislamiento	Autonomía	Dependencia
Destructividad	Creatividad	Inhibición

5. Las relaciones edípicas

Se entiende por relaciones edípicas, en sentido amplio, las que se establecen entre padres e hijos, independientemente del sexo de unos y otros. Según este planteamiento ellas se dan en todos los casos. Cuando se mantienen y/o conducen adecuadamente se habla de situaciones edípicas resueltas. Las situaciones edípicas no resueltas

constituyen núcleos de complejos y/o conflictos. La vinculación edípica de los hijos con el padre y la madre constituye lo que será la tónica de la ulterior relación con otros individuos del mismo sexo. El infante tiene una inmensa capacidad de amar. El bebé estira los brazos amorosos a quien quiera que se le acerque con una sonrisa, independientemente de sus cualidades o características físicas o psicológicas. Basta que se acerque con amor. Puesto de otra manera, el amor del infante es un amor multivalente. Esto significa que es un sentimiento que abre posibilidades infinitas de relacionarse amorosamente con los seres y los objetos. El bebé nace siendo polivalente. El proceso educativo es, en buena parte, una retracción impuesta a la espontaneidad de los sentimientos amorosos del bebé. La primera limitación educativa a la capacidad de amar se da cuando se enseña a querer a una sola figura como figura paterna y a otra sola figura como figura materna. Es muy importante la denominación "padre" y la denominación "madre". Con ambas va entrañada una carga afectiva cuidadosamente estructurada en un proceso educativo que enseña que no se puede decir mamá a una empleada (aunque sea el ser cariñoso que está contínuamente con una criatura). Las palabras "madre" o "padre" tienen que estar en relación con determinadas personas a quienes hay que amar y que se hacen amar, a como dé lugar, así no lleven en sí un amor genuino. Las expresiones de amor no genuino no serán auténticas y no generarán en el bebé amor genuino. La falta de impresiones generatrices de amor por parte de los genitores redundará en una pobreza en la ulterior relación amorosa del ser con las otras personas del mismo sexo del genitor ausente en el vínculo amoroso primario. Por otra parte la concentración de las impresiones generatrices de amor en una sola persona, es a su vez generadora de una valencia univalente en las ulteriores relaciones del ser con las personas del mismo sexo.

Inversamente quien ha establecido relaciones genitoras con varias personas durante la primera infancia, en relación con el genitor padre y con el genitor madre desarrollará, asimismo, una capacidad polivalente de relación con las personas del sexo correspondiente. En otras palabras quien recibe expresiones de amor de varias mujeres simultánea o sucesivamente, durante su infancia, tendrá el germen de la posibilidad de relaciones tanto simultáneas como sucesivas en ulteriores períodos de la vida. Este es el fundamento del por qué algunas personas pueden tener relaciones de todo nivel, simultáneamente, con varias personas de sexo femenino. Igualmente puede afirmarse que la recepción de expresiones de amor de varios varones durante la infancia favorecerá la posibilidad de futuras relaciones simultáneas con varios hombres.

En el curso ulterior del desarrollo, a través del proceso educativo se incide en que, por lo que concierne a la relación genital, ella sólo es dable tenerla con una sola persona al mismo tiempo o en el mismo período. Esto va en paralelo con el aserto, explícito o implícito, de que se tiene sólo una madre y sólo un padre. Si en el curso del desarrollo del bebé la persona es univalente con el sexo opuesto ello no se contrapone con la educación impartida. Si en cambio la persona es polivalente en su capacidad de afectos esto entrará en conflicto con la univalencia exigida por el proceso educativo. El bebé entra en conflicto con el niño. Un resultado intratensivo (neuropático) del conflicto es la angustia. Una "solución" extratensiva (psicopática) es la ruptura de alguna de las relaciones. En ambos casos lo buscado para la economía tensional es poder mantener el equilibrio interior. Cabe la posibilidad de que la persona reconozca su polivalencia afectiva, sexual o genital, la admita como un hecho y la acepte como algo sano. Inversamente la persona con una actitud interna univalente puede llegar a reconocer esa limitación, admitirla como un hecho real y aceptarla como un recorte impuesto por la cultu

ta social. El conflicto es claro en aquellas personas que afirman ser liberales en sus relaciones sexuales y que, simultáneamente, afirman creer en un solo Dios. En ese caso la contradicción estriba en que se plantea una polivalencia genital y simultáneamente una monovalencia parental (aplicable tanto al padre como a la madre) que entraba el despliegue de la polivalencia sexual o genital pretendida. Por otra parte, la relación de los hijos con los padres constituye el núcleo de despegue de la relación de aquellos con sus propios hijos. Las más frecuentes son las conductas repetitivas en el sentido de que aunque el sujeto rechace la conducta de sus padres para con él, el individuo repita la conducta, incluso si es rechazada, esta vez con los propios hijos. Se trata de un proceso de identificación con el agresor, con el agravante de que cuanto más agresiva haya sido la conducta del padre con el hijo, la identificación de éste con su agresor será tanto mayor y el hijo será tanto más agresivo con sus propios hijos. La racionalización es en este caso será "a mí me aducaron así, y así educo yo", sin la persona darse cuenta de que el hecho"de haber sido educado así" no es ninguna razón para repetir indiscriminadamente la conducta educativa.

El tono represivo en la educación, impuesto por los padres, constituye uno de los más grandes escollos para la expresión amorosa del ser humano. Quien no puede agredir no puede amar, y la represión de la agresión es una tónica considerada como normal y sana en el proceso educativo. El balance agresión-represión es orientado por la educación hacia la represión en menoscabo de la agresión. Esta última es castigada y, por ello, su expresión se acompaña de temor. Los impulsos agresivos reprimidos se expresan como ansiedad en situaciones que, aparentemente, no tienen ninguna vinculación con la situación generatriz. El miedo a los padres se transforma en ansiedad ante objetos o situaciones que no tendrían porqué suscitar el miedo.

Desde muy temprana edad la protección y el amor se contraponen a la

agresión y al odio. Defenderse y recibir agresiones se contraponen a atacar y golpear. El defenderse y el recibir agresiones son mejor considerados y más suceptibles de premio que el atacar o golpear. El niño rechazado por su madre, posiblemente regrese a ella por su si-- tuación de dependencia. El hombre rechazado por una mujer retornará a ella en la medida en que permita el funcionamiento de su niño y tenga verdadera necesidad de dependencia. En la medida en que tenga autonomía se alejará de la mujer rechazante.

La comunicación entre seres humanos se ve alterada justamente por el hecho de la no participación de la parte adulta. Durante toda la vida, en el proceso de comunicación se repiten las dificultades que el ser tuvo con sus autoridades cuando niño. Esto es particularmente definido en los casos en que no se actúa de modo específico sobre el problema en cuestión. En ese sentido, el niño-tomando la palabra niño, tanto en acepción cronológica cuanto en la de sistema estructu ral del modelo interno- no se atreve a plantear su verdad por temor al rechazo, a la reprimenda, al castigo o sea a que se le retire la caricia o el cariño. Esto explica porqué en las personas mayores su-cede lo mismo que en los niños. El ser rechazado a su vez plantea angustia, de inseguridad y de separación, que hace que la persona se sienta mal y decida, a su vez, vengarse rechazando en una ulterior oportunidad. Se determina así circuitos continuados de mentira (hipo cresía)-suspicacia (inseguridad)-hipocresía (inseguridad)-inseguri-- dad (revancha)- inseguridad (violencia)- distanciamiento (desprecio) lo que conduce, en última instancia, a una quiebra de la comunica -- ción. Tiene que pasar el tiempo y el infante, en cada ser humano, sentirse muy abandonado y solo para, a pesar de eso, iniciar una bús queda del objeto que se alejó o que el individuo mismo hizo alejarse. En otros casos, es el mismo individuo el que determinó que el objeto se alejara y, también, en esos casos lo buscará si se encuentra solo.

6. Relaciones con carga extratensiva

En el caso de conflicto en la relación se da la alienación. Si lo que se expresa es el potencial extratensivo, el sujeto se manifiesta como fuerte e inalterable, esgrime principios de modo intransigente, hiere y es intolerante. Considera que el otro es el alienado. Su conflicto se expresa a través de impulsos explosivos, que lo conducen a la violencia. Exige reconocimiento y respeto sobre la base de que él expresa seguridad y se siente bien. En muchas situaciones no se altera y aparece como impasible o hasta insensible. Cuando los conflictos se intensifican la relación es cortada inmisericordemente. El personaje extratensivo en la relación ofrece apoyo activo y manipula situaciones. Si es requerido accede y concede, pero al mismo tiempo exige y plantea, egoísta y egotistamente, constituyéndose en verdugo cuando encuentra un mártir. A raíz de todo ello el sujeto extratensivo puede quedar aislado. Para él en una relación todo consiste en ganar y no perder, en tener siempre la razón y hacerlo notar. Todo es motivo de ambición definida, marcada, intensa. El aspecto ganancial con frecuencia es abierto, claro y consciente.

7. Relaciones con carga intratensiva

La vinculación es aparentamente suave y tersa. La repercusión afectiva es grande y no se expresa en plenitud. El sujeto que expresa su potencial intratensivo aparece como inferior y controlado por el otro. El individuo en actitud extratensiva se presenta como superior y dominante. Quien en una relación expresa su potencialidad intratensiva se hace atrayente por generar compasión. En la relación con cargas intratensivas se crean sentimientos y se generan situaciones de superioridad-inferioridad que dan el común denominador de las relaciones hijo-padre, empleado-empleador, cónyuge dominante-cónyuge do-

minado. En quien expresa la potencialidad intratensiva en la relación, los conflictos se plantean como alienación interna con impresiones de debilidad y de sugestionabilidad. La comunicación es retornada con términos que entrañan apoyo y caricia. La tabla de valores es única y las normas son más flexibles tratándose de los demás que de sí mismo. De acuerdo con este potencial el sujeto se acopla y adapta a situaciones, es transigente y se siente herido con facilidad, quedando dolido y resentido.
La aparente solución de sus situaciones conflictivas se efectúa mediante implosiones (explosiones hacia adentro) en las que el sujeto otorga pleitesía y reconocimiento que expresan inseguridad y un sentirse mal. El sujeto se altera, se angustia y se deprime. Se siente sensible y emotivo y modifica las relaciones para no romperlas.
Queda dependiente y busca apoyo en función de su pasividad. Es manejado, solicita y pide, cede, acepta y da de sí hasta el martirio. Este potencial se manifiesta como las actitudes neuróticas del ser. De modo más fehaciente y marcado se expresa como conducta neurótica. Si la sintomatología es manifiesta y hasta molesta se está en el cuadro de la neurosis. En todos estos casos el aspecto ganancial es inconsciente.

8. Relaciones y distancia geográfica

El factor distancia geográfica en las relaciones objetales, determina el surgimiento de afectos que enriquecen la relación. Se perciben y se sienten creativamente tanto lo pasado en compañía cuanto lo pasado en distanciamiento espacial. El objeto amado es sentido amorosamente. El distanciamiento geográfico es generatriz de actos de amor condiscentes con la realidad emocional aunque el aquí y el ahora externos, no lo incluyen. Al par de ello, el objeto amado incorporado es enriquecedor.Esa incorporación aporta paz en el stress y fuerza en la dificultad.

El potencial extratensivo permite el distanciamiento sin persistencia de ligazón interna. Con o sin conciencia de ello y con o sin proposición voluntaria, se presenta el desapego y la indiferencia ante lo distante, Los objetos del aquí y del ahora sustituyen totalmente a los que quedan distanciados y sin significación.

Cuando se expresa el potencial intratensivo surge la inseguridad acerca del futuro de la relación y, con ello, los celos y la envidia. El objeto amado es sentido como perdido. La desesperación conduce a la depresión.

9. La relación de pareja

Todo lo dicho hasta ahora es aplicable a las relaciones humanas en general. En este sentido, toda relación interpersonal es expresión del impulso gregario. La ruptura de una relación o la disminución de su hondura, solidez o intimidad, es expresión del impulso eremítico. En toda relación el individuo busca acogida. Pretende ser acariciado con lo cual se fundamenta la seguridad que encuentra en sí mismo y en el otro, en función de sí y del otro. Las relaciones edípicas son importantes porque si ellas son adecuadas, son autoafirmativas y de ellas dimana o brota el sentimiento de seguridad. Este sentimiento de seguridad va a permitir que la persona segura genere seguridad en otras en el curso del desarrollo. La relación fundamentada en vínculos del tipo superioridad-inferioridad corresponde a la movilización del estrato niño con la autoridad incorporada. Esto puede acontecer en cualquiera de los aspectos de la relación, vale decir sensual o sensorial, erótico, sexual o genital. El surgimiento de una relación sobre la base del nexo superioridad-inferioridad, dificulta el logro de la autoafirmación de aquella parte que queda en posición de inferioridad. En estos casos se dan las condiciones para la relación sado-masoquis-

ta donde el que expresa el potencial sádico pretende afirmar su superioridad frente a quien acepta, de modo masoquista, la hostilidad sádica del otro integrante de la relación.

Tratándose de las relaciones entre hombre y mujeres se ha planteado la protesta viril de la mujer. Se afirma que la ausencia del pene determina una envidia con la consiguiente protesta femenina que entraña una agresividad hacia el hombre. Existe también la protesta femenina en el hombre. La ausencia de vagina y de senos determina en el hombre los juegos femeninos, la pasividad, la aceptación de hechos acontecidos sin afán de modificarlos y el dejarse seguir de modo pasivo por la posible pareja sin expresión de la agresividad usual. Este tipo de conducta de protesta femenina en el hombre, se expresa con una inversión de los roles culturales tradicionales. De acuerdo con éstos se espera del hombre el rol activo y de la mujer el rol pasivo. La protesta femenina del hombre significa justamente la adopción del rol pasivo. Por otra parte, ha de tenerse en cuenta que en la actualidad, no rigen las reglas y normas usuales, culturalmente aceptadas y tradicionalmente transmitidas, según las cuales el hombre aparece como conquistador y la mujer como conquistada. La relación de pareja debe establecerse gracias al aporte erótico, sexual y genital de cada uno de los integrantes de la pareja. Si sólo el hombre demuestra interés se tiene la expresión de una realidad o de una situación cultural determinada. En este último caso la mujer está acogiéndose y favoreciendo el patrón de conducta conocido como machismo. Si la relación no es adecuada, los elementos indiciarios del interés de un ser para formar pareja, pueden faltar casi completamente. Se expresan entonces la pasividad en el actuar erótico, el desinterés y hasta la oposición activa del acercamiento físico, así como el interés concentrado en los hechos y acontecimientos ajenos a la relación. Todo esto, sea cual fuere el miembro de la pareja que lo plantea o expresa, produce en el otro una sensación de "ser necesario", de frustración, de

vacuidad, de lo vano que es el esfuerzo que se hace para lograr el entendimiento. La relación que así se establece es anómala puesto que la diferencia de sentimientos demuestra que uno de ellos cuando menos, y generalmente los dos, son individuos inadecuados a la situa ción de pareja, así sean adecuados en su realidad individual.
En el mundo contemporáneo occidental se plantea la equiparidad de los integrantes de la pareja. Esta equiparidad no equivale a igual-- dad pero sí a una condición de balance en la relación. La equipari-- dad es máxima en el áspecto sensorial de la relación, disminuye en el aspecto erótico, toma visos particulares en lo que concierne a la relación sexual y es menor a nivel genital donde lo que prima son las diferencias, sin menoscabo de que exista siempre la equiparidad afectiva.
Por lo general, la situación de desbalance individual conduce a un desbalance de la relación de pareja. Hay situaciones de excepción en que se puede vivir el desbalance individual sín que se deteriore la relación. Esto significa que cuando menos uno de los miembros de la pareja tiene autonomía. De toda suerte la anormalidad,sea indivi- dual o de pareja heterosexual, tiende a deteriorar la relación ha -- ciendo aparecer los elementos de tipo homosexual en cada uno de los integrantes de ella.
En la situación de pareja heterosexual usual en la cultura occiden-- tal es muy importante, en el hombre, el aspecto madre incorporada. Esto es como la usualmente introyectada imagen de una supermujer que a su vez es una extensión del símbolo religioso católico de la Virgen pura, inmaculada y Madre de Dios. A su vez, esto se vincula con los elementos narcisistas(todos queremos ser dioses por ser hi-- jos de una madre Inmaculada y Madre de Dios). En los países de mayor influencia católica esta imagen de la super-mujer-madre-virgen es más persistente.Con ello se mantiene tradicionalmente la exclusión de la mujer de la actividad sexual y genital, cuando ha entablado u

na relación de pareja, sea en o fuera del matrimonio. En este mismo contexto el hombre, narcisista y autoritario, se considera en la posición de actuar con libertad. Para justificar su conducta utilizará una tabla de valores diferente a la de su pareja ya que supone, absurdamente, que sólo su mujer, por ser suya, va a reunir los requisitos que él desea. Las demás mujeres van a ser en cambio, objetivo de su despliegue genital. Todo lo anterior conduce a la apología de la familia usualmente llamada cristiana que lleva por último a la caricatura de familia sobre la base de hipocresías, tanto por parte del hombre como de la mujer, en la relación conyugal y en la relación de cada uno de los padres con los hijos. Se constituye con ello el núcleo de las futuras relaciones edípicas no resueltas.

Una relación usual "normal" entre los integrantes de una pareja en la cultura occidental, está regida por la existencia de fuerzas culturales según las cuales el hombre tiene que sentir una superioridad sobre la mujer y sentir, también, que su seguridad -así no exista-es sentida por la mujer. A su vez la mujer tiene necesidad de un apoyo determinado por la sensación de superioridad del macho con el cual se aparea. Lo que se llama desavenencia por "falta de respeto" es una circunstancia en la cual, la mujer nota que el hombre no tiene sobre ella la superioridad que en el fondo ella desea y necesita para que la relación sea adecuada. La disminución del interés sexual entre los grupos promiscuos o en los grupos en los cuales hombres y mujeres están a igual nivel, es debido a que se modifica este aspecto de la relación que suscita el interés del hombre por proteger a la mujer, y a la mujer por ser protegida por el hombre.

Contrariamente, en la cultura oriental se tiende a mantener la individualidad a toda costa. La relación hombre-mujer orientales está determinada por la aceptación tácita o implícita de la superioridad del varón so pena de perderlo. El factor educativo es importante y explica así el por qué cuando una mujer oriental encuentra que su

pareja está en relaciones con una tercera persona, incrementa sus cuidados con el objeto de reconquistar al hombre y establecer de nuevo la relación adecuada, de relativa superioridad femenina, fundamentada en la posibilidad del mantenimiento de la relación que es responsabilidad de la mujer.

CAPITULO XI

LA RELACION HUMANA DETERIORADA

1. El desbalance de la relación
2. La persistencia de la relación desbalanceada
3. La separación de la relación
4. La polaridad extratensivo-intratensivo
5. Insatisfacción, agresión y psicosis

1. El desbalance de la relación

Desde el punto de vista de la relación humana existen dos posibilidades dialécticamente contrapuestas :

1. El que da seguridad. El que hace surgir inseguridad en el otro.
2. El que hace sentir al otro que vale. El que hace sentir al otro que es una piltrafa.
3. El que hace sentir al otro que es deseado. El que hace sentir al otro que es rechazado.
4. El que busca. El que rehuye.
5. El que se equivoca a favor. El que se equivoca en contra.

En las relaciones hay una tendencia al logro de paridad, que está en contraposición con la tendencia a mantener las diferencias existentes. Esto último es particularmente intenso para quien ejerce la autoridad. Tratándose de la pareja tradicionalmente el hombre busca y ofrece paridad con su pareja durante los primeros estadios de la relación, por ello durante el noviazgo la actitud es de comprensión y aceptación. En cambio, con frecuencia, el hombre durante el matrimonio plantea una conducta activa de imposición y protección, con la pretensión de establecer una dependencia de parte de su cónyuge. La mujer por el contrario busca protección y se muestra dependiente durante el noviazgo, y en cambio inicia la búsqueda de independencia y paridad una vez iniciada la relación conyugal.

En la posición extratensiva se encuentra una merma del respeto mutuo que es mayor por parte del miembro más psicopático de la relación. Hay un abandono de las tablas de valores que fueron normativas hasta

determinado momento. Se plantea el enjuiciamiento de la conducta ajena. En este tipo de relación nada de lo que se hace es grato para el otro. Las normas toman el carácter de tabúes o prohibiciones drásticas para el miembro menos psicopático de la pareja. La situación conflictiva es inevitable y con frecuencia se producen agresiones físicas y psíquicas con el alejamiento físico y geográfico y ruptura de la relación formal.

El potencial extratensivo se expresa en la relación a precio y a riesgo de una posible ruptura. El potencial extratensivo, en muchas ocasiones, es inconsciente en el individuo, lo cual no impide que se exprese en toda su plenitud y con toda su rudeza. En estos casos también ha de tenerse en cuenta que no se produce una "ruptura" de la relación sino una modificación del vínculo en el cual toma preponderancia las expresiones de rechazo y de hostilidad.

La intensificación de los mecanismos de protección, en el sentido de la dependencia, de la sumisión, del sufrimiento, del aguantar establece el fundamento de la relación neurótica que asienta en la intratensión y neuroticidad de uno o de los dos miembros de la pareja.

En la condición de balance o desbalance de relación, fenomenológicamente, ha de considerarse la significación que cada cual concede a cada situación. Esto puede aplicarse, tanto en el caso de una relación de pareja como en el caso de una relación grupal.

Cuando lo expresado es el potencial extratensivo, psicopático, lo que se siente es la intrascendencia de los acontecimientos, su poca importancia para la relación, aún en el caso en que ellos pueden ser significativos para el o los otros participantes en el vínculo. La posición se expresa como "no tiene importancia", "igual da", "por último no tiene consecuencia",

Cuando lo que se expresa es el potencial intratensivo, neurótico, se plantea la importancia trascendente de todo acontecimiento, así sea éste realmente insignificante tanto para un observador no comprometido como para la o las otras personas que están en la relación-sea ésta de pareja o de grupo-. La posición intratensiva, neurótica, se expresa como

"si hay alguna consecuencia e-- llo no es importante".Estos planteamientos se hacen aún tratándose de situaciones graves, en estos casos las pérdidas no son sentidas como tales. Todo ello determina resentimientos y sensación de incomprensión en aquellos que no están en la posición extratensiva.

"es algo fatal", "no puede e--vitarse", "las consecuencias son importantes e ineludibles". Esta posición es la adoptada ante cualquier situación, ante cualquier problema,así sea éste nimio. Una dificultad para encontrar a la hora exacta a la persona amada es ya, para el neurótico, comienzo de una soledad definitiva. Una pelea entre enamorados, por una trivialidad, como a qué cine ir, que termina en una despedida tensa, es sentida por el neurótico como el término de la relación, el final horrendo del amor.

Un ejemplo de situación en una relación desbalanceada es el siguiente : ella y él se dan encuentro y ella aparece con una cadena que él no conoce, colgada del cuello. El pregunta, con ansiedad en el tono de su voz, "¿Quién te obsequió esta cadena?". Ella responde,preverbalmente, con una mirada evasiva. El repite la pregunta y, ante la insistencia de ella, responde:"Eso es algo que a tí no te interesa". Este es el típico ejemplo de una situación en la cual se ponen en juego una serie de factores psicodinámicos:movilización de ansiedad por parte de él, desplazamiento de la inseguridad básica de él hacia la fidelidad de ella, agresividad de ella hacia él, falta de comunicación y de diálogo. En este ejemplo, el hombre está expresando su potencialidad intratensiva; la mujer expresa su potencialidad extratensiva. La falta de comunicación entre miembros de una pareja es también patente en el ejemplo siguiente : suena el teléfono, contesta ella y comienza una conversación telefónica que discurre más o menos así : "Hola", sonrisa, "Sí ..., no puedo hablar", nueva sonrisa. "De todas maneras el miércoles..., ya claro, chau".El siente ansiedad pero no se atreve a preguntar quién llamó. Al poco rato él se despide. Ella pregunta :"¿Por qué te vas?". El responde:"Por

nada". Se aprecia aquí una gran neuroticidad por parte de él y extra tensión por parte de ella.

2. La persistencia de la relación desbalanceada

Con mucha frecuencia la relación de pareja matrimonial mantenida en la cultura occidental es anómala. El que el matrimonio se mantenga pese al desbalance y hasta el deterioro de la relación, es sólo un indicador de la gravedad e intensidad del juego dialéctico de fuerzas intratensivas (aguante y sacrificio) y extratensivas (imposición y castigo). El desconocimiento, voluntario de la realidad del otro, la búsqueda de seguridad en el otro, el planteamiento de la "eternidad" del sentimiento amoroso, la exigencia o la imposición, de una invariabilidad de los sentimientos de cada cual-hacia sí mismo o hacia el otro-, la existencia y persistencia de tabús sexuales y genitales, la adjudicación de roles en función del sexo, la diferencia de status grupal en función de lo anterior, la existencia y persistencia de tablas normativas diferentes en función del sexo y de la edad, son algunos de los indicadores de la anomalía o desbalance en la relación de pareja. Existe una tendencia cultural al mantenimiento de la relación desbalanceada. Esto es valedero no sólo en la relación de pareja sino en relaciones de todo tipo. En la cultura judeocristiana ello es claro y los mecanismos utilizados son múltiples. El matrimonio desbalanceado debe mantenerse así "por los hijos". La relación matrimonial debe seguir, aunque las relaciones interpersonales, sexuales o genitales sean pésimas, "porque cada cual debe llevar su cruz". Las personas deben seguir en la relación-matrimonial, de trabajo o de otro tipo- pues "es algo conocido y no se puede estar saltando de un trabajo a otro (o de una relación a otra)".
Todas estas actitudes desconocen la significación de la creatividad, de la sexualidad y de la genitalidad en la autoafirmación constructi

va. La frustración continuada y prolongada en la satisfacción de los impulsos conduce a una mengua de la identidad y ello a su vez, con frecuencia, a un incremento del deterioro de la relación con menor posibilidad de modificarla.

3. La separación de la relación

La separación de los integrantes de cualquier relación ligada por vínculos planteados antes - sean ellos sensoriales,eróticos,sexuales o genitales - puede determinar muy variados sentimientos que van de la angustia a la satisfacción por la indiferencia. Los sentimientos de separación son la expresión de aquellos con los que se resolvió la situación edípica. Los seres que han tenido mala relación con sus padres no llegan a establecer vínculos normales profundos con los seres del sexo opuesto. Los vínculos fuertes que se llegan a formar, o son fijaciones neuróticas, o corresponden a situaciones de exigencia conducentes a "algo serio", "algo duradero", "aunque no sea matrimonio pero sí que sea algo duradero". También, en otro caso, estas mujeres son capaces de relaciones efímeras, incluso hondas pero siem-- pre intrascendentes, de tipo "aventuras de viaje", relaciones por "desfogue sexual", "por ser liberada" o "para demostrar que no me importa".

En la relación hombre-mujer la actitud vehemente es casi característica del macho en el comienzo de la relación. Ella es más característica de la mujer cuando la relación está avanzada y se pretende"estabilizarla". En nuestra cultura occidental se plantea como la búsqueda vehemente de la relación sexual por parte del macho al comienzo del encuentro entre hombre y mujer.Esta búsqueda la determina el impulso sexual que en el hombre es más agudo y apremiante que en la mujer(en quien es más intenso crónicamente y a la larga de mayor duración y significación).La vehemencia inicial en el hombre es la expresión de la

contradicción determinada por la coexistencia de la ansiedad intra-- tensiva y de la despreocupación desenfadada extratensiva. Lo primero determinado por la incertidumbre del logro del objetivo genital, y lo segundo por el ánimo en el logro de la genitalización "pase lo que pase". Pasado un tiempo es la mujer la que siente vehemencia por el logro de la formalización, oficial, civil o religiosa de la relación (planteada como matrimonio o como cualquier otra forma de estabilizar la relación). Aquí también la inseguridad personal para ha-- cer frente a la incertidumbre contradiciéndose con el ánimo autoafirmativo es lo que, dinámicamente, determina el surgimiento de la vehemencia. El que es capaz de afrontar, con serenidad, una situación incierta al par que importante, no tiene que echar mano al mecanismo de la vehemencia. Esta es expresión del desbalance emocional de la civilización occidental.

El conflicto es una situación afectiva normal en la vida cotidiana. El conflicto no resuelto es, de hecho, un momento de la situación conflictiva. En última instancia el conflicto se resolverá, de modo más o menos satisfactorio, para una o todas las partes del conflicto. La persistencia de la situación conflictiva y el que ella produzca angustia son índices de su neuroticidad. Una fuente de conflicto muy frecuente es aquella en la cual la relación estre dos personas (lo nuestro, el nosotros) entra en conflicto con la relación que yo tengo con el otro o los otros.

Curiosamente, no hay pronombre para esta situación. Desde el punto de vista semántico a cada pronombre personal corresponde uno posesivo de acuerdo a la siguiente relación :

Yo	mío
Tu	tuyo
El	suyo
Nosotros	nuestro

Vosotros vuestro
Ellos suyo

Falta un pronombre que se refiera a la relación entre yo y otro cuando me esté dirigiendo a tercera persona. Lo que hay entre esa persona y yo es lo nuestro (nuestro negocio, nuestro amor, nuestra amistad, etc.). Dirigiéndome a esta persona puedo yo referirme a algo mío en relación con otro u otra. En este caso no hay pronombre personal que así lo indique y hay que hablar expresamente diciendo "nuestra amistad no se opone a mi amistad con tal tercera persona". Por otra parte esta falta es notable si se piensa que si yo me puedo referir a la amistad que esta segunda persona tuviera con otra no presente, en este caso nosotros o vuestro sería totalmente aplicable :"tu amistad con fulano(o fulana)es vuestra amistad". Tal inexistencia constituye un ejemplo de evitamiento semántico en el sentido de que la relación entre dos personas es, incluso semánticamente, pretendidamente exclusora de la relación entre cada una de ellas y otras terceras.

La diferencia entre conducta o relación normal o anormal, está en la posibilidad, entre otras cosas, de definir la conducta entre flexibilidad o indecisión. La conducta o relación flexible entraña la posibilidad de cambios, que signifiquen su subsistencia. Para ello los cambios deben tener motivación suficiente, La indecisión entraña que determinada línea va a ser posible o probablemente interrumpida por la adición de nuevos elementos -internos o externos-. También ha de precisarse, como elemento que se contrapone a lo que se acaba de decir en el párrafo anterior, la diferencia entre flexibilidad y rigidez. Uno de los aspectos más conocidos de la rigidez es la fijación. En este caso el individuo es totalmente incapaz de modificar o romper una relación de la que han desaparecido las circunstancias que la determinaron y, es más, puede darse el caso de que existan situa-

•

ciones que determinarían, normalmente, la ruptura de la relación. En otros casos lo que determinaría no sería la ruptura sino la modificación de la relación. Si la fijación es extrema se llega incluso a ser incapaz de modificar la relación pese a que ella se haya tornado destructiva.

La relación normal es aquella que concita en cada uno de sus miembros el despliegue de su autenticidad. En muchas ocasiones se inicia determinada relación pensando y creyendo que cada cual podrá expresarse en su plenitud auténtica y logrará durante la relación la plasmación de ideales en sí y en el otro. En el curso de la relación puede llegar a hacerse patente que estas ilusiones no son realizables, justamente por el hecho de ser ilusiones y no posibilidades reales. Se da el caso de que la mantención de la relación, sometida a las normas del otro o de la sociedad, no permita el despliegue auténtico de ninguno de sus integrantes. Otra posibilidad es que el despliegue auténtico de uno o más miembros de la relación dificulte que ésta se mantenga inalterable. Lo que debiera suceder, en uno u otro caso, es la modificación de la relación que en su grado extremo es conocido como ruptura. A este respecto debe aclararse que en toda relación hay un aspecto que se incorpora y que viene a formar parte de cada uno de los integrantes de la relación. La denominada ruptura es pues sólo un distanciamiento geográfico o una modificación del vínculo, con persistencia de nexos diferentes. En todo caso, los aspectos incorporados impiden "romper", "olvidar", "borrarlo todo". Pero lo que sucede también con mucha frecuencia, es que las normas sociales o éticas, administrativas o de otra índole, impiden o dificultan (en realidad sólo dificultan pues nadie está impedido del uso de su libertad) la modificación de la relación. Surge entonces una necesidad de cambio dentro de los individuos que integran la relación. De ello puede resultar un cambio real en la relación o bien se mantiene, aparente y forzadamente idéntica, pero ya sentida como anómala por los

que en ella intervienen. En este sentido la rigidez de las reglas sociales o la de los compromisos determinados por leyes del Estado o por normas religiosas, conspiran contra la posibilidad del establecimiento de relaciones adecuadas.

La relación monogámica ha de ser el resultado, alcanzado sólo por determinadas personas en determinadas ocasiones y durante ciertos períodos, de un vínculo en que ambos seres se dan y reciben con plenitud, autenticidad, flexibilidad, madurez y placer. No puede negarse que todos estos valores son variables, de momento a momento, tanto en su intensidad y cualidad como en su significado. Esto es aplicable también a los sentimientos en relación con dichos valores. En muchas ocasiones la relación monogámica se convertiría en bi o poligámica, de no existir los marcos restrictivos aportados por la religión, la ética, la ley, las normas sociales o por el propio individuo. Esto es válido tanto para hombres como para mujeres. En este sentido, es importante tener presente que nadie se sorprende de que una persona tenga uno o varios amigos con quienes mantiene un intercambio o comercio variables según las cualidades o características de cada cual. En nuestros grupos culturales occidentales, hay resistencia a las relaciones bi o poligámicas. No es sorprendente que un hombre tenga una mujer o una mujer tenga un marido, pero sí sorprende que se tengan varias mujeres o varios maridos. Este hecho es por lo general punido. La diferencia entre tener varios amigos o varias mujeres -en el caso del hombre- o varias amigas y varios maridos -tratándose de la mujer-, estriba en que en el primer caso la relación se mantiene en el terreno erótico y en el otro ella es correspondiente al área genital. El elemento genital es aquel que impide, en nuestra sociedad, la posibilidad de que existan relaciones bi o poligámicas aceptadas. Los planteamientos anteriores permiten comprender que, en muchos casos la relación monogámica viene a ser una relación anormal mantenida por la fuerza de las circunstancias peri-

féricas al individuo, a la pareja o a los individuos que constituyen la relación.

Adentrándose más en el problema de la anormalidad de la relación de pareja, surge la pregunta acerca de si hombre o mujer, en nuestros días, son iguales y tienen iguales derechos y obligaciones. Tradicionalmente el hombre y la mujer han sido considerados como diferentes desde el punto de vista biológico, psicológico y, sobre todo, dentro del contexto social. Esto ha hecho que el hombre y la mujer tengan dentro de la comunidad, obligaciones y derechos diferentes, lo que se expresa en cualquier actividad. Se determinan así roles más o menos arbitrarios, adscritos a uno u otro sexo. Esta diferencia en los roles de cada sexo se hace patente también en cada situación. El papel del hombre y de la mujer han sido siempre netamente diferentes en todo tipo de actividades (en el hogar, en el trabajo, en la guerra, en el juego, etc.). Actualmente existe una muy clara tendencia a igualar los roles masculino y femenino en las más diversas actividades. Pero debe también considerarse el enfoque emocional o afectivo y que, en los diversos niveles de relación mencionados (sensorial, erótico, sexual y genital) el papel del hombre y la mujer se va haciendo más diferente a medida que se pasa de lo sensorial a lo genital. Esto no quiere decir que obligatoriamente se diga que hay una diferencia también en la conducta que conduce a estos niveles de relación.

Tradicionalmente habían o se han mantenido, diferencias netas en función del sexo entre la conducta durante la relación en sí y la conducta que conduce a dicha relación. Al hombre le ha tocado el papel activo tanto durante los pasos previos cuanto durante la relación misma. A la mujer le ha tocado el papel pasivo, de espera, de recepción. El siguiente paso en la evolución del pensamiento ha sido que el hombre, en general el creador de las normas de conducta para [illegible] sexos, [illegible] diferencias en la conducta que conduce a

la relación, pero ha aceptado que durante la relación ambos sexos tengan roles bastante similares, por lo que concierne a la iniciativa y la actividad. Esto último en muchas ocasiones no sólo lo ha aceptado sino que ha empezado a exigirlo. El siguiente paso es la aceptación de que los roles de ambos sexos son similares. Esto es particularmente importante para la llamada fidelidad o infidelidad en la relación. Tradicionalmente el hombre consideraba que podía ser infiel a la mujer pero le exigía fidelidad a ésta. Actualmente hay indicadores que permiten entrever que esta situación cambia. El hombre no le puede exigir a la mujer la fidelidad previa a una relación ni tampoco puede exigir a otro (así sea de sexo diferente) lo que él mismo es incapaz de cumplir o efectuar durante la relación.
La plenitud de la relación está, en buena parte, en la aceptación de la autenticidad del otro o de los otros. Además tiene que haber o, una comprensión de la autenticidad del otro, o una similitud en las autenticidades de cada cual para que la relación pueda mantenerse.
No debe olvidarse tampoco que la relación puede variar y que uno es capaz de aceptar auténticamente, en un momento de su vida, situaciones que antes no aceptaba o inversamente.
La variabilidad, en ciertos aspectos, está en relación con la expresión de inmadurez; en cambio la invariabilidad puede ser un rasgo de la expresión de madurez. Por otra parte la madurez emocional entraña una flexibilidad que no la tiene el inmaduro quien, en muchas ocasiones, es inflexible. Existe un sistemaconstitutivo del ser que presenta una mezcla dialéctica de inflexibilidad y variabilidad. Ese es el sistema adolescente. Cuando en un sujeto cronológicamente adulto se presenta un reforzamiento del adolescente acontece la aparición de una serie de fenómenos que hacen del individuo un ser al par inflexible y variable. En general, cuando hay un problema de rechazo de la relación el miembro rechazante, que suele ser extratensivo en la relación,mantiene relaciones sociales formales e incluso hace gala de

ello. Entre tanto el mundo hondo y genuino de la relación puede es-- tarse desintegrando. El aparente vínculo de las formas es más fácil de mantener que el de la hondura personal. Esto hace sufrir al rechazado, por lo general intratensivo, pues se siente menos que cualquiera de los que mantiene vínculos con la persona rechazante.
Con criterio práctico puede afirmarse que cuando se tiene una rela-- ción y se desea retenerla, es delicado plantear situaciones en las que puedan establecerse nuevos vínculos puesto que la inconsistencia de los existentes favorece, por su propio peso, al establecimiento de otros nuevos. Inversamente, si se desea establecer nuevas relaciones es conveniente favorecer la expresión de los impulsos gregarios. Lo dicho es válido para cualquier tipo de socialización. En este sentido es conocido que las reuniones, así como los viajes, son adecuados para la consecución o el comienzo de las relaciones. Por otra parte, para conseguir pareja las posibilidades y motivaciones de quien no la tiene son mayores que para aquél que tiene que retener - la. La indiferencia de la separación es la contraparte psicopática de la angustia de la separación. Lo adecuado a la situación puede ser lo uno o lo otro (angustia neurótica o indiferencia psicopática) dependiendo de la relación preexistente. Ahora bien, si la relación es buena la separación no tiene porqué producir ni lo uno ni lo otro. Si existe alguna forma de separación,o si se produce un tipo de alejamiento, la relación adecuada (sana) no es de bienestar total ni de indiferencia total, pues hay sentimientos penosos (tristeza, añoranza) pero no se pierde, ni la paz interna ni la capacidad de sentir. La separación entraña, en un caso de separación sana, el mantenimiento de la autonomía.

4. La polaridad extratensivo-intratensivo

Toda relación interpersonal es cambiante sea para estrecharla y enriquecerla sea para deteriorarla. Sea como fuere, la relación deteriorada seguirá siendo una relación pues, aunque los que la integraron estén distanciados geográficamente, cada uno de ellos habrá interiorizado simbolismos del otro que quedan indelebles. Ello pese a los mecanismos de defensa puestos en juego para "borrarlos" u "olvidarlos".

En la relación humana caben dos posiciones dialécticas -polares y antagónicas- existentes en cada uno de los integrantes de la relación. Por una parte se da lo extratensivo, agresivo, explosivo y por la otra lo intratensivo, depresivo, implosivo. Como es ya sabido lo primero es lo psicopático y lo segundo lo neuropático. En estos sentidos, en toda relación se dan uni, bi o polilateralmente las posiciones contradictorias que se plantean a continuación, en relación con diversos aspectos.

Lo psicopático y lo neurótico constituyen aspectos de la inadecuación afectiva en la calidad, intensidad y/o duración de los sentimientos. Estos requieren siempre la existencia del ser que siente y de lo sentido que, a su vez, puede estar en relación con la introyección o con la incorporación de un objeto inanimado, un objeto animado o un sujeto.Eñ la relación sentimental hay siempre un vaivén, un daca y toma que hace que no exista nunca un sujeto y un objeto sino, forzosamente, dos sujetos (así uno de ellos sea un objeto inanimado) El sentimiento confiere vida propia al objeto que motiva el sentimiento. El objeto no queda como objeto sino que es subjetivizado. El objeto se convierte entonces en el sujeto,en el otro sujeto de la relación. (El objeto psicológicamente es independiente del sujeto, el otro sujeto es psicológicamente una parte del mismo). En su grado máximo esta vivificación del objeto en una relación sentimental se pre

senta como fetichismo. En su grado mínimo de vivificación la rela-- ción sujeto-sujeto es una relación sujeto-objeto tal como se da en la relación que establece el psicópata. En este tipo de relación, el que expresa su potencial psicopático utiliza al otro como objeto que es para el logro de los fines del primero y generalmente por medio de la manipulación. De esto resulta que el sujeto manipulado actúa dándole gusto al manipulador pero sintiéndose él mismo mal consigo mismo y, frecuentemente, sintiéndose también mal con y ha-- cia el otro.

En la relación sentimental genuina hay siempre pues dos sujetos, La relación entraña siempre, un dar y un recibir sentimientos. En la relación sentimental normal, el dar y recibir producen, en sí mis - mos, satisfacción, no siendo necesario que exista exigencia por nin guna de las partes.En la relación normal, un sujeto da y el otro re cibe; éste último a su vez da y el primero recibe. No hay exigen -- cias ni espectativas. El vaivén sentimental es fluído,natural, tranquilizante, placentero. La conducta normal es asertiva o sea au toafirmativa. La conducta anómala puede ser manipuladora activa,es- to es psicopática, o manipuladora pasiva, o sea neurótica. Estas conductas anormales hacen sentir mal, culpables e ignorantes a unos y/o otros. Tratándose del sujeto manipulador psicopático él se sien te bien, sea en su ignorancia o como presunto portador de la verdad y libre de toda culpa. En la conducta pasiva neurótica el individuo mismo es el que puede sentirse mal, culpable o ignorante.

Antes de seguir adelante, conviene definir la diferencia entre acti tud y relación. Por actitud ha de entenderse la posición del hom-- bre fente a sí mismo, con la menor participación de otro objeto o sujeto. La actitud no es del hombre solo, del sujeto solo, sino del sujeto frente a sí mismo. Aunque el individuo no lo perciba está siempre frente a sí mismo. Cada movimiento, cada acto,cada pensa -- miento, es el resultado del enfrentamiento de

uno o más aspectos de sí mismo (motivos, móviles, consciente e in---
consciente, sistemas dialécticos, super-ego, ego, ello, seguridad e
inseguridad, aceptación, rechazo, etc.).
La paz interior, contrapuesta a la turbulencia psicopática y a la
ansiedad neurótica, permite que el individuo se mantenga solo. El
individuo casero sería el prototipo del hombre con paz. En el momen-
to en que el ser pierde la paz interna no puede permanecer en un si-
tio y se aleja de su ambiente. El deterioro familiar, grupal o de la
pareja lleva consigo la explosión y la fragmentación de la relación.
Esto puede acontecer de modos psicológicamente muy variados.
En la relación anormal no hay comunicación y por ello los integran--
tes son apreciados, exclusiva y claramente, como seres independien--
tes. Por ello usualmente la relación anormal se plantea como entre
un sujeto y un objeto. Esto último está fehacientemente demostrado
incluso en el lenguaje usual cuando se habla de "objeto de su burla"
y no de "sujeto amado", "sujeto de su burla". La relación anómala en
traña además de lo dicho sobre intensidad, cualidad y duración de
los sentimientos el problema de la dirección hacia la cual éstos van
orientados.
En general, puede decirse que una relación sana se establece en fun-
ción de sentimientos bipolares valiosos, los que, a su vez, son gene
radores de otros sentimientos antinómicos también valiosos y serena-
mente balanceados. El proceso de retroalimentación emocional es posi
tivo, constructivo, orientado hacia la reafirmación de cada indivi--
duo en tanto que sea autónomo y auténtico. Sobre esta base se reafir
maría también la relación como tal. En otras palabras, la transac --
ción permite la individualización, al par que favorece la reafirma--
ción de la relación en que ambas entidades se funden sin confundirse.
La neurosis y la psicopatía son, siempre, un transtorno de la rela--
ción. Esta relación puede ser del hombre con el ambiente, más especí
ficamente del hombre con otros hombres o del hombre consigo mismo.

Tanto en un caso como en el otro, el nivel de discordia en la rela--ción dependerá de la profundidad y significación que se asigne a los diferentes estratos o a los diferentes aspectos de la vida psíquica. La ausencia de anomalía en el vínculo, esto es la relación no psicopática ni neurótica es aquella en la cual hay capacidad para el goce y el sentimiento, plenos, espontáneos y auténticos, en cada situa--ción. En la neurosis y en la psicopatía hay incapacidad para vivir plenamente lo que cada situación ofrece.
Uno de los dipolos en juego en una relación es el de la aceptación - rechazo. En la relación no neurótica el individuo se acepta a sí mismo y acepta al otro sujeto en su realidad estructural y expresiva. La entrega conlleva a la aceptación en una relación normal y madura. En las relaciones anormales hay una disminución de la capacidad y la posibilidad de entrega de los miembros de la relación. Asimismo, en la relación anormal la aceptación del otro está por debajo de lo que es dable en una relación normal. Esto es particularmente notable en el trabajo y en la relación interpersonal. Se explica con ello el porqué de la disminución del rendimiento del neurótico o del psicópata, y explica las defensas que se establecen entre el neurótico o el psicópata y el ser que lo ama o a quien él ama.
La autenticidad ha de expresarse tanto en la entrega cuanto en la aceptación. El dipolo autenticidad-inautenticidad sólo puede definirse en función de lo que la persona es por lo genotípico y lo paratípico. En otras palabras, la autenticidad del ser está determinada por su herencia y por los factores ambientales. El ser puede ser auténtico en la expresión de los impulsos instintivos o en el sofrenamiento de los mismos. A su vez la expresión y el sofrenamiento pueden darse en un individuo en situaciones aparentemente similares, determinando, en cada caso, una expresión realmente auténtica, ya que lo que varía es la situación del otro sujeto. Esto es también válido dentro de una misma relación donde fenómenos incluso, aparente--

mente, contradictorios pueden sucederse, como expresión continuada de autenticidad. Por lo que concierne a la orientación de los sentimientos ellos, en la relación normal, se centran mutuamente determinando un proceso expansivo. Así por ejemplo en una relación normal entre padre e hijo, el cariño entre ambos va centrado a la totalidad de la persona, a lo que cada uno es, al meollo, a lo céntrico del ser. La relación es, entonces, productiva y permite el despliegue tanto del hijo como del padre, no sólo en su vinculación sino en su individuación conducente a la formación de una identidad saludable. La conducta expansiva de un niño que se entiende con su padre es una demostración patente de lo que acaba de decirse. En otro tipo de relación la expansión es no sólo a título simbólico o de conducta sino que incluso se materializa de modo objetivo y hasta fisiológico : el centramiento de la relación hombre-mujer conduce a la expansión del pene y del clítoris en la relación genital que es una expresión arquetípica de centramiento de afectos. Ellos también se objetivizan en ese centramiento expansivo que es el embarazo.

El potencial agresivo y el potencial depresivo coexisten como tales y se expresan, por lo general, alternadamente. En cada persona, por otra parte, es dable pensar que su componente agresivo puede ser mayor que el depresivo o viceversa. Esto confiere el sello personal a las relaciones que la persona establece con otros seres u objetos. Asimismo, es natural que, en cada situación determinada, o en cada relación que se establezca, se presenten aspectos de uno u otro potencial. Estos variarán de acuerdo al ser o persona, objeto o sujeto.

El deterioro de las relaciones está, usualmente, determinado por la expresión o la afloración máxima de los potenciales agresivos, esto es de la hostilidad, de los miembros de la relación. Una relación que se inicia con expresión de hostilidad, lleva consigo el germen de su propia destrucción a menos que se produzcan modificaciones terapéuticas en la estructura psicológica de sus integrantes.

La mantención o persistencia de las relaciones está favorecida por la afloración de los potenciales intratensivos (salvo el caso de que sean demasiado intensos). Cuando uno de los miembros expresa su potencial extratensivo y el otro su potencial intratensivo, también se mantienen las relaciones. En este último caso se reconoce que un miembro de la relación es preponderantemente sádico y el otro queda en posición masoquista.

El aumento y/o la disminución exagerados del sentido crítico, son otro elemento en juego en las relaciones anormales.

La expresión del potencial extratensivo, psicopático, se acompaña de una merma de la autocrítica, con aumento de la crítica, la censura y el desprecio hacia el otro.
Si lo que prima en la relación es el potencial psicopático, los integrantes se criticarán y hostilizarán unos a otros,

El descontento vital del que expresa su potencial extratensivo neurótico, le hace aumentar su sentido autocrítico a extremos verdaderamente insospechados. Cuando se expresan los potenciales neuróticos los integrantes condonan lo criticable de los otros y no perdonan nada de sí mismos.

Lo anteriormente expresado explica el porqué de muchos aspectos en las relaciones anormales de pareja. En un principio cada uno de los integrantes de la pareja piensa que el otro miembro reúne todas las cualidades y tiene todos los valores deseados en la imaginación y convenientes para que la relación sea adecuada, estable y creativa. Es la etapa neurótica de la relación, o sea que en la neurosis amorosa existe una disminución del sentido crítico en relación con la persona amada. Se explica así el enceguecimiento, tan frecuente en los enamorados, que impide que ellos se vean entre sí defectos ob -

vios para cualquier otra persona, incluso una con menos dotes psicológicas y de apreciación de los valores humanos.

Paulatinamente, a medida que van surgiendo las dificultades no solucionadas, a medida que transcurre el tiempo y llegan los desengaños, van expresándose los potenciales agresivos-psicopáticos. Desaparece la sobreprotección, se soslayan y rechazan los valores de la pareja, se niegan los méritos y la agresividad se convierte en hostilidad. En las relaciones, el enojo, que conduce a la venganza, corresponde al sistema bebé. En el sistema niño lo que surge es la ofensa conducente al resentimiento del otro y al mantenimiento de un rencor que resulta de la agresividad retenida. La preocupación en la relación también es un sentimiento correspondiente al sistema niño que se ocupa, antes de tiempo, de algo que no se sabe qué puede ser. La preocupación es expresión de la angustia de aquél que se preocupa. La burla es un sentimiento que brota en las relaciones cuando se moviliza el sistema del bebé. Si lo que se moviliza es el sistema niño, la burla se convierte en sarcasmo. Se trata aquí de una forma de juego que en el niño está más reglamentado, más definido que en el bebé. El objetivo de estos juegos es de ganar, hacer doler por el gusto de hacer doler. Los introyectos de autoridades del sistema niño se expresan con el definido propósito de ganar en los juegos. El juego no se juega por el placer de jugar sino por el placer de ganar.

Lo extratensivo psicopático, se plantea como una falta de interés por lo ajeno. Esta falta de interés puede variar; cuando el potencial psicopático es menos marcado, el interés puede aumentar. En un momento determinado este interés disminuye a cero, y la persona se desinteresa totalmente. El objeto de interés deja de serlo y el individuo se harta de aque-

En lo intratensivo neurótico, se plantea un preocuparse por lo propio y lo ajeno. Esto puede incrementarse al punto de la pérdida de la autonomía y de la libertad. El objeto del interés puede llegar a serlo de modo excluyente y absorbente y el neurotizado vive en función de una segunda persona en la que deposita toda su carga afectiva. Durante la

llo que era objeto fundamental de su quehacer intrapsíquico. La expresión de la potencialidad psicopática, lleva consigo una falta de repercusión afectiva para todo lo que concierne a las modificaciones de los objetos sobre los que el individuo ha puesto una carga libidinal. En una relación de pareja por ejemplo, el objeto en sí puede sufrir un percance cualquiera y ello no produce modificación alguna, ni sentimiento alguno, en aquel miembro de la pareja que está pasando por un período de expresión de su potencial psicopático. Antes al contrario, los acontecimientos penosos no sólo no determinan un sentimiento correspondiente sino suscitan hostilidad, al punto de que se plantean situaciones que se expresan en términos tales como :"para qué has hecho esta tontería", "qué tonto eres de hacer esa clase de cosas","aguántate puesto que tú mismo has sido la causa de lo que te pasa", etc. Durante el proceso de comunicación-teniendo entendido que quien expresa su potencial psicopático, no responde al estímulo comunicativo- el individuo actúa como un emisor no receptivo que va determinando angustia en el individuo receptor. Aquel que manifiesta su potencial psicopático puede, o bien lanzar su agresividad, o bien mantenerse callado y no expresar emociones en torno a lo que, normalmente, sería capaz de expresar Esta actitud de silencio es expresión del potencial neuropático, los acontecimientos tienen una repercusión afectiva intensa. El individuo pasa por lo que los clínicos antiguos describían con el nombre de síndrome hiperestésico emocional. Todo suceso y objeto es cargado de energía libidinal e internalizada, convirtiéndose en sujeto que desencadena reacciones emocionales desmesuradas. Los acontecimientos más nimios, propios o ajenos, son objeto de una atención excesiva y luego son sujetos de afectos muy intensos y avasalladores. Estos afectos suelen tener un contenido de tipo ansioso. En el proceso también se despiertan sentimientos de depresión. El individuo se siente culpable de prácticamente todo lo negativo que acontece a su alrededor y trata de mejorarlo merced a su sacrificio personal. Si el interlocutor, o aquel con quien el neurópata establece relación, es una persona que está expresando sus potenciales sanos, el diálogo puede plantearse de la siguiente manera : si la expresión sana es "me estoy desenvolviendo y voy creciendo", la respuesta del neurópata puede ser : ¡Ay pobre!, yo te voy a ayudar, no te esfuerces tanto". En efecto, el individuo con su potencial neuropático, está pronto a prestar apoyo continuadamente, aún a riesgo de su propia estabilidad. El potencial intratensivo se expresa en ese caso como:"no sé hasta donde voy a poder dar"

sentida por la otra persona como sumamente destructiva. Quien expresa su potencial psicopático puede ser que también lo sienta así pero, en función de lo dicho más arriba, no hay repercusión afectiva y por consiguiente no le importa. Durante la expresión del potencial psicopático no se presta apoyo al otro y el individuo puede ver cómo acontecen los hechos más insólitos sin que tome medidas altruístas o de socorro, sean éstas de tipo físico o emocional. La conducta expresa del potencial psicopático, en casos de acontecimientos penosos para el otro miembro de la relación, corresponde a la siguiente actitud interna: "¡bien hecho que te sucede esto, ahora aguántate y friégate!".

"si sigo así (sacrificándome tanto) va a ser necesario que me trate". La expresión del potencial neuropático suele ser aparatosa y sentida como pueril e inauténtica. En otras ocasiones la expresión es a través de un silencio triste significativo del sacrificio que se está haciendo y de la dificultad expresiva propia de la posición intratensiva. La expresión del potencial neuropático suele utilizar el mecanismo de defensa conocido como confluencia. En estos casos el individuo sufre por todo lo que acontece a su alrededor y en el mundo. Como consecuencia pueden tomarse ciertas medidas de tipo caridad y sacrificio altruístas. Más frecuentemente la persona permanece en un inmovilismo masoquista.

Un sentimiento frecuente en las relaciones anormales es la envidia o sea el sentimiento de desagrado ante los logros ajenos, que se presenta en quienes no han podido alcanzar logros propios y, en buena parte, por ello mantienen su inseguridad básica. Responde a las preguntas : "¿qué quiero de tí?". Las afirmaciones son del orden de :"me encanta como haces tal cosa", "¡qué facilidad tienes para tal otra cosa!". "yo siempre he querido tal cosa pero no tengo facilidad".

El psicópata no envidia nada en la medida en que se siente bien. En otras ocasiones sustrae o destruye a aquello que envidia en la medida en que se siente mal.

El neurótico tiene tendencia a envidiar lo de los demás.

La potencialidad destructiva del ser ajeno, como expresión de la hostilidad básica, puede adoptar formas muy variadas y sutiles. Buena parte de la educación consiste justamente en lograr la deforma -- ción de estos impulsos destructivos en expresiones de candoroso afecto, de sentido aparentemente "formativo", de presunta rectitud, de jerarquía pedagógica, de autoridad más o menos benévola, y así sucesivamente.

Si se analizan con cuidado el planteamiento rígido, inflexible, definidamente poseedor de la verdad total, si se cala un poco hondo en las observaciones presuntuosas de conocimiento de muchas personas mayores, se encuentra el contenido destructivo, hostil y psicopático en toda su plenitud.
Valga como ejemplo la carta que un abuelo envía a su nieto: "Mi querido...debo hacerte saber que cuando soy a veces irónico y hasta malévolo no se trata de una crítica negativa ...siempre tienes que tener presente que nosotros queremos sólo y exclusivamente lo mejor para tí...Yo tengo una gran angustia y temor que , apenas tú notes tu poco rendimiento, te aferres al alcohol o al cigarrillo o, incluso ¡Oh terrible palabra!, a las drogas (lo que espero que hasta ahora no hayas hecho).En este caso estarías irremisiblemente perdido o sea que en pocas semanas te convertirías en un desecho humano, sin ninguna esperanza de encontrar nuevamente tu camino.

La expresión del aspecto destructivo del potencial intratensivo se pone en claro cuando se plantea el enorme sacrificio que se realiza por alguien a quien se ama.
La autodestructividad se plantea cuando una madre sacrificada hace consideraciones en torno al sacrificio que ha hecho para "mantener el hogar" para sus hijos. En este caso y en otros similares la autodestructividad del potencial intratensivo es, al par, destructivo de sí y del otro. La aparente bondad encierra una carga tremenda de hostilidad por retroflexión ya que el sujeto se ha hecho, en función de los otros, lo que hubiera querido hacerle a los otros : se ha destruído a sí mismo, cuando lo deseado inconsecuentemente es destruir a los demás.

Y ahora mi querido nietecito vienen mis recomendaciones. Antes de que empiece quiero, en primer lugar expresarte que a mí y naturalmente a toda la familia, nos habría hecho muy felices si tuvieras suficiente fuerza de voluntad y energía para dejar detrás de tí todo lo que hasta ahora has venido haciendo. Que todo ello lo tomes como experiencia y lo olvides, y que empiece una nueva vida totalmente concentrada y orientada hacia el estudio. A ello te corresponde y con ello debe ir, no solamente una renuncia total al alcohol, sino también a las mujeres, porque tú tienes que saber, y esto hay que tenerlo en cuenta, que tus bronquios y pulmones son delicados. No se puede estudiar con seriedad si contínuamente se tose o se tiene fiebre o se padece de bronquitis. Tú no le das importancia a mis consejos por ello yo me los callo. Pero me siento, a pesar de ello y como el abuelo que te ama y que está muy preocupado por tí, moralmente obligado a darte estos consejos a pesar de todo".

5. Insatisfacción, agresión y psicosis

La satisfacción de las necesidades básicas (comer, beber, sociabilizarse, copular, dormir, defecar, orinar, respirar, moverse) conduce a una plenitud pacífica que se llama ataraxia. Este estado es lo opuesto a la angustia. Ahora bien, para llegar a la ataraxia, cada necesidad tiene que satisfacerse en función de ella misma y cumplir

con su objetivo. Cuando una necesidad básica es satisfecha en función de otro objetivo que no le es esencial, no se llega a una plenitud y, por consiguiente, tampoco se llega a la ataraxia.
Si las necesidades básicas no están satisfechas, la psicopatía y la neurosis se instalan desde los primeros instantes del nacimiento. Estas son la defensa contra el dolor. Este puede originarse en la recepción de estímulos que lo ocasionan (castigos, reprensiones, humillaciones, amenazas) o en la represión de expresión de sentimientos considerados indebidos, tales como la rabia contra los padres que castigan, el despecho ante las humillaciones sufridas por imposición de la autoridad, el miedo ante lo desconocido, el dolor causado por tántas cosas que hieren, etc. El dolor puede también surgir cuando se impide sentir placer o se reprime su expresión. En estos casos el dolor es tan genuino como los otros, ya que el placer considerado inauténtico y sin validez es fuente de malestar.
La curación es la puesta al descubierto del dolor y el placer, y sentirlo genuinamente. Con igual criterio tiene que hacerse una apertura para todo lo que es la verdad y la realidad. Para ello hay que llegar a tener conciencia de sí y de los demás. Esto viene a ser el darse cuenta cuya forma más importante es la aceptación vivenciada no sólo la del placer sino la del dolor. En el individuo bloqueado, el sistema irreal del dolor oprime al sistema real de sentimientos, en estos casos los consejos y los ruegos no pueden modificar el estado irreal de cosas. Lo único que se logra con el moralismo, -el ruego, el consejo, la imposición de autoridad- es agravar e intensificar el sistema irreal de control de los sentimientos genuinos. Esto agrava la represión y el bloqueo de la autenticidad. Se pierde también la autonomía pues el ser queda supeditado a la influencia de las partes malsanas (psicopáticas o neuropáticas) del otro. Se llega a ello por el predominio de los sistemas niño y adolescente con merma de la expresión del bebé sano. De tal manera no llega a estructurarse el sistema anciano.

Todos los objetos necesarios para la satisfacción de las necesidades básicas adquieren un valor. Cualquiera de esos objetos se convierten entonces en una fuente de poder para quien lo posee.

Quien utiliza un objeto, no para la satisfacción de la necesidad básica correspondiente sino para la satisfacción de una necesidad de poder personal tiene una conducta psicopática. Por ejemplo, si alguien tiene alimento y lo entrega a quien tiene hambre, esta persona está actuando psicológicamente de modo normal. En cambio, quien tiene alimento y lo acapara o reune, y aunque sabe que hay gente que tiene hambre, no lo reparte sino que espera que el precio suba para poderlo vender y ganar él mismo una cantidad, esa persona está actuando de modo psicopático. En el presente ejemplo lo que resulta psicopático es cambiar lo que sirve para satisfacer una necesidad básica por un incremento de la riqueza-poder del acaparador. Esto quiere decir que quien acapara pretende incrementar su poder-riqueza a costa de impedir la satisfacción de las necesidades básicas de uno o más individuos. Se trueca pues la satisfacción de la necesidad básica por la adquisición de mayor poder económico. Una de las razones más importantes para el manipuleo de la necesidad básica es la obtención del poder. En ese sentido quien es poseedor de la posibilidad de satisfacción de una necesidad básica se convierte en un psicópara potencial cuando lo que quiere es llegar a un ganancial. Esto es un caso en que la obtención de un ganancial, de

Cuando el objeto necesario se convierte en fuente de poder, desistiendo de la satisfacción de la necesidad por la aplicación del poder contra el mismo que lo detecta, se tiene una conducta neurótica. Así, el que reune alimentos para ingerirlos en demasía hasta producirse una obesidad, está actuando de modo neurótico. Se trueca la satisfacción de la necesidad básica por el logro de un objetivo de poder autodestructivo o de autocastigo. El factor ganancial está presente pero no es consciente. En la posición intratensiva el sexo es utilizado como elemento de poder de mando inconsciente, el ganancial no es reconocido y consiste en la búsqueda de amar por la desvirtuación del placer sexual que se convierte en sentimiento o condición desagradable : impotencia, frigidez, coito doloroso u otro. La desvirtuación del proceso autoafirmativo conduce a la búsqueda de la dependencia ante la autoridad y la sumisión ante el poder. Esta es la posición de los miembros de minorías o sectas que acatan servilmente las actitudes o propuestas del líder. En estos casos, lo que se plantea es la aceptación incondicional del poder del otro. Cuando ello toma el cariz intratensivo-neuropático, la conducta autodestructiva puede inducir incluso a la aceptación del suicidio ceremonial o real, individual o masivo. El individuo queda en

de modo consciente, constituye la base de la conducta psicopática. El sexo es uno de los instintos básicos cuya necesidad de satisfacción es utilizado con más frecuencia como palanca de poder. En el caso del hombre el retiro o enfriamiento sexual es una expresión psicopática del anhelo de poder frente a la pareja mujer. En la psicopatía femenina se plantea también el rechazo sexual. En ambos casos, el arma sexual sirve para agredir al compañero.
La agresividad del psicópata se vierte definidamente hacia afuera.
Por gradaciones sucesivas se pasa el psicópata (o del potencial psicopático) acorde con la realidad hasta el potencial psicopático (o el psicópata) totalmente en desacuerdo con la realidad(*). Del "yo tengo razón" expresado por un padre al educar a su hijo de acuerdo a "principios" que él mismo no sigue pero en los cuales cree ciegamente, puede pasarse al adulto que se considera a sí mismo la persona más honesta (para aquellos miembros de su mismo clan o grupo) pero que hace cualquier trapacería cuando el grupo lo permita o no lo controle. Tal es el caso del miembro de cualquier grupo minoritario que es correcto y honesto con los miembros de su grupo, pero que es intransigente y autor de todo tipo de triquiñuelas con los miembros de otro grupo, sea situación de total dependencia y queda alienado de la realidad interna o externa. La condición es psicótica de dependencia. El individuo se siente elegido (por otro más poderoso que él) para el cumplimiento de la misión que el más poderoso le ha encomendado. En esas circunstancias puede llevar a cabo cualquier acto que pueda significar su incondicional entrega a "la causa", su absoluto apego al líder, su fe ciega en los principios a los que se somete a sus últimas consecuencias. El alejamiento de la realidad cobra también caracteres psicóticos y el aspecto paranoico es repetitivo de lo acatado. Los aspectos neuróticos convierten al individuo en seguidor prosélito y esbirro de las ideas ajenas.

(*) Este desacuerdo con la realidad, junto con la represalia para que el individuo lo perciba, constituye el núcleo de lo psicótico.

el grupo de tipo racial, clan familiar, religioso, etc. Si la persona con rasgos psicopáticos adquiere poder - de cualquier tipo que éste sea : económico, político, religioso, físico, bélico, etc.- será objeto de respeto por parte de sus compañeros de grupo que se sentirán inferiores. El psicópata portador de poder tendrá la posibilidad de creer y llevar a cabo todo aquello que considera adecuado dentro de su modo peculiar de pensar y sentir (con ignorancia, desconocimiento o considerando su propia incapacidad para apreciar y ver los puntos de vista ajenos).

El sentimiento de poder compartido (sentido por sí mismo y hecho sentir por los prosélitos, esbirros, seguidores, compinches, miembros del clan, compañeros de armas o de servicio, consorcio, compadres, etc.) hace que el grupo psicopático pueda poner en marcha continuadamente sus impulsos agresivos, aún en el caso de que estén en total desacuerdo con la realidad. Cada individuo del grupo estará intimamente poseído de la adecuación de su creatividad, de la "pureza" de sus ideas, de la conveniencia de sus principios, de la razón de su pensamiento, y así sucesivamente de todo lo adecuado, conveniente, valiosos que son sus puntos de vista, principios, reglas, normas, visiones, etc. para él y para los miembros de su grupo o comunidad. Analizando esta condición puede verse que en ello se reunen todas las características de la situación psicótica paranoica. A esta posisión psicótica llegan los inte--

grantes de grupo sea a través de la expresión de su potencial extratensivo cuanto a través de la expresión de su potencial intratensivo. Los primeros serán los líderes de grupo y los segundos serán la masa de los integrantes. El elemento común será su condición psicótica. En ésta, el individuo está en total desconexión con la realidad, es incapaz de sentir la falacia de su propia interioridad y el tremendo grado de anormalidad que lo separa de los individuos menos psicóticos o no psicóticos. Más aún, la medida de la distancia entre él y los demás va a ser sentida por él como incapacidad de los demás para llegar a sus alturas, para lograr apoyarlo. A su vez esa distancia va a ser la medida de la presunta posibilidad de traición por parte de los demás y, naturalmente, una fuente para el surgimiento y la expresión de nuevos impulsos agresivos hacia quienes no lo han reconocido como el jefe máximo, mesías, salvador, todopoderoso, legionario genuino, líder o, en todo caso y con cualquier denominación, como el portador de la verdad, de la verdadera luz de los valores sumos. La condición paranoica (del griego para : al lado de y nous : pensamiento) se da al lado del pensamiento usual y compartido por todos. Al lado del pensamiento expresado en el idioma que aúna a los miembros del grupo se da un pensamiento anómalo, con cierta lógica e incluso con gran lógica, pero sustentado en premisas no acordes con la realidad (por ejemplo, mi religión es la mejor, el pueblo alemán es el escogido, el pueblo judío es el escogido, los cholos son peores que los blancos, etc.). En todos estos casos se trata de prejuicios elevados o mantenidos a la categoría de verdades inconcusas.

En la medida en que el individuo desea agredir, expresar sus impulsos agresivos y no lo hace (sea porque no quiere, porque no puede o porque es incapaz de ello), es la medida en que se va a sentir agredido, hostilizado por los demás. Por gradaciones sucesivas se va pasando del sentimiento vago de ser objeto de las miradas y de las conversaciones ajenas al convencimiento de que ello es así. Se sigue

luego el sentimiento vago de que todas esas agresiones están produciendo efectos dañinos y se pasa luego, de modo insensible y progresivo, a la convicción de que se producen cambios por influencia ajena. Los potenciales neuropáticos y psicopáticos son pues la semilla de la condición psicótica paranoica. Para que la semilla fructifique -esto es para que el cuadro psicótico aparezca, se mantenga y se intensifique - se necesita un terreno bioquímico adecuado. En otros casos, la semilla es lo bioquímico y el terreno es lo psicológico. En una u otra forma toda modificación de conducta es un cambio de la totalidad del organismo y del ambiente.

En los cuadros con sentimiento paranoico de agresión, ésta es sentida de afuera hacia adentro por incapacidad del individuo para expresar la propia de adentro hacia afuera. Ese también es el caso del individuo que se siente influído por los rayos, las miradas o los hechizos. Aquí también hay que tener en cuenta las gradaciones que van desde los pensamientos mágicos plenamente aceptados por los pueblos primitivos, hasta las situaciones culturales en que estos pensamientos prelógicos pueden haber sido superados por la mayoría de la población. En aquellas personas incapaces de expresar la agresividad estos pensamiento prelógicos persisten, toman cuerpo y se visten de su ropaje lógico. La condición psicótica se hace patente en la incapacidad de la persona para darse cuenta de su alejamiento de la realidad. La condición paranoica se da en la presencia de todo un mundo de pensamientos anómalos, que va paralelo y corre al lado de todo un mundo de pensamientos lógicos normales y concordantes con la realidad ecológica y cultural de cada persona, en cada momento determinado, de acuerdo a su edad y a su situación en el mundo.

CAPITULO XII

PSICOTERAPIA INTEGRATIVA DIALECTICA

La psicoterapia es el proceso de modificación de lo psicológico por lo psicológico con fines intencionales de producir cambios favora -- bles en el ser humano. Lo fundamental en toda psicoterapia es la vivenciación, particularmente de lo no vivenciado en períodos tempra-- nos de desarrollo. La vivenciación es la incorporación de experien-- cias con toda su riqueza emocional. Lo vivido y expresado en el curso de la psicoterapia ha de ser analizado,esto es, desmenuzado para darle una significación. Esto conduce a una síntesis para conformar un nuevo marco referencial para el sujeto. Lo normativo ha de llegar a ser dialéctico y coherente con la realidad. Ello va a permitir que el individuo perciba lo exterior con calidez, incorpore los datos y los mensajes significativos, sienta las emociones naturales y acepte su realidad interna. A más de ello, el ser ha de alcanzar también, paulatinamente, la libertad para expresar lo que le es genuino. Para ello puede utilizar mensajes preverbales y verbales que, en ambos casos han de ser auténticos. Los mensajes preverbales utilizan medios expresivos más elementales que el lenguaje hablado o escrito. Entre los medios de expresión preverbales se cuentan la mímica, las modificaciones del tono y timbre de voz, la postura y actitud corporales. Ellas deben favorecer la expresión directa, espontánea de lo auténtico del ser. Las diversas formas adecuadas y coexistentes dialécticamente, de caricia y agresión han de llegar a ser propiamente manejadas por igual tanto para recibirlas cuanto para darlas. Ellas pueden ser verbales o preverbales. Se ha demostrado que la caricia verbal, debidamente administrada, llega a mejorar el rendimiento en cual --- quier actividad. Asimismo, la agresión verbal, disminuye la tensión de quien la expresa y ello sucede sin tener que recurrir a la agre-- sión física, que sería la forma preverbal de expresarla. Ninguna a-- bundancia vivencial podrá considerarse excesiva para el logro de los objetivos básicos en psicoterapia.

Los sentimientos tienen validez y es sano expresarlos. Ellos no son

slgo tonto y estúpido, que no sirve de nada y se pxede poner de lado. Cuando un individuo siente algo, siempre está sintiendo algo significativo para él. El sentir es un indicador de que hay algo en él que es la causa por la cual tiene razón para sentir lo que siente. Esto es particularmente importante cuando el sentimiento es doloroso, en cuyo caso la expresión corresponde más directa y adecuadamente al llanto. Los sentimientos son la cualidad del ser y no es dable cuantificarlos. La verdad es la realidad de la vivencia y por ello cada cual tiene su verdad. El no sentir es simplemente el no tener una verdad y se relaciona con una crisis de identidad. Esto significa que el individuo no puede responderse a sí mismo preguntas tales como : "¿Qué soy?", "¿Qué hago?", "¿Cómo es mi vida?". El ser humano constituye su identidad, entre otras cosas, merced a un diálogo interno que lo enriquece y le produce satisfacción, ello en función de una congruencia entre la realidad externa y la interna, con énfasis en el presente y sin desmedro de un apego-desapego al pasado-futuro. Las expresiones : "Debo rehacer mi vida", "Debo comenzar de nuevo", "A partir de ahora voy a cambiar", son solamente términos de impresión que entrañan un aferramiento al pasado, una ilusión sin fundamento realmente futurible y un desconocimiento de las realidades psicológicas de que nada es nuevo y todo cambia. Lo que se debe lograr en la psicoterapia es que el paciente termina el diálogo normal consigo mismo y con los demás y se establezca un diálogo interno auténtico, lo cual a su vez permitirá el surgimiento de un genuino diálogo con los otros. Tensión y sentimientos no son lo mismo. Tensión es la energía del sentimiento. Las sensaciones corporales anormales tales como el temblor y el sudor son componentes físicos de los sentimientos que reemplazan en el enfermo, al sentimiento genuino, mostrando con ello el nivel tremendo de represión logrado. Cada sentimiento doloroso que no puede integrarse al individuo, incrementa la tensión del individuo.

En el hombre hay varios sentimientos básicos, siendo los más impor---

tantes la pena, la satisfacción, el dolor, la cólera, el miedo, el amor, la confianza y el rechazo. Todos los sentimientos básicos profundos están en torno a cada una de las necesidades básicas. Existe en todo ser humano un impulso para satisfacer sus necesidades básicas. Asimismo, todo sentimiento básico busca su expresión. Sucede que por razones ocasionales se reprime, culturalmente, la expresión de ciertos sentimientos, particularmente de los penosos y desagradables. La vida puede ser triste pero en la mayor parte de las situaciones se bloquea la tristeza. El dolor es tristeza bloqueada. Si en alguna ocasión se siente el real dolor, entonces ya no se necesita la actuación anormal.

Cuando un ser humano en un período de su desarrollo o en un momento de su vida se ha sentido poco importante y ha sido incapaz, o no ha estado en condición de expresar su dolor, si se ha sentido herido, se produce un apagamiento de la necesidad básica y del sentimiento correspondiente a la situación dolorosa. Se llega entonces a la condición de no sentir y de reemplazar el sentimiento básico sano por un sentimiento inadecuado. Esto quiere decir que la conducta sana, de satisfacción directa de una necesidad básica, es reemplazada por una conducta anormal, que frustra la satisfacción de la necesidad, y ésta queda perennemente insatisfecha. Se explica así cómo es que el individuo despliega conductas anormales en reemplazo de otras, sanas, que no puede satisfacer : fumar en lugar de chupar, tragar en vez de mamar, embriagarse en vez de beber, usar drogas en vez de usar amor.

El llanto sano es una expresión emocional importante y coincidente con la realidad interna del ser. En el hombre desbalanceado el llanto suele ser no auténtico; en otros casos se lo reprime, consciente o inconscientemente. El llanto durante la terapia significa la ruptura de las defensas existentes. Para muchos, el llanto es el aspecto emocional correspondiente a la vivenciación de escenas infantiles.

De allí que se trate de una función corporal normal en el esfuerzo para mantener la homeostasis. En el bebé el llanto es una respuesta al dolor y con ello se resuelve o disminuye la tensión dolorosa. La sociedad en el proceso educativo reprime y limita la posibilidad de nuestra expresión natural de dolor, nos impide llorar.La psicoterapia integrativa restablece esa función en el individuo. De allí que quienes han pasado por un proceso psicoterápico efectivo tienen las emociones más a flor de piel. Este enriquecimiento es independiente de la técnica psicoterapéutica utilizada.
El organismo funciona como una totalidad integral en la cual la libertad es una condición psicofisiológica. Se puede ser libre en la cárcel o se puede estar encarcelado en el más amplio de los parajes y sin que haya ninguna acción legal o de ningún tipo, externamente vivida, que pudiera significar un recorte a la libertad.
Cuando no se ha obtenido en la niñez lo que se necesita, siempre se estará en necesidad. Los seres desbalanceados hacen cualquier cantidad de esfuerzo para lograr el amor de la gente que los rodea. Por otra parte, sea cual sea la cantidad de amor que reciban, nunca les va a ser suficiente porque el sentimiento de no ser amado sigue siendo insatisfecho. El terapeuta, cualquiera que sea el tipo de psicoterapia que utilice, tiene que ayudar a sentir y a expresar el dolor de la falta de satisfacción de las necesidades primarias. Cuidado solícito, amor parental, atención adecuada al infante significan tener cuidado de que las necesidades del infante estén satisfechas. Esto sólo se logra cuando se les quiere lo suficiente, como para permitir esa satisfacción. A su vez la satisfacción, si hay amor, tiene que permitirse independientemente de como se presentan las necesidades básicas. Como éstas no han sido satisfechas, hay desplazamiento de la necesidad misma y el sentimiento de necesidad se trueca por otras seudonecesidades enfermizas. Para el ser desbalanceado, el amor, la solicitud, significan atención infatigable hacia deseos en--

fermizos tales como el prestigio, la gloria, el respeto, la lealtad, la prioridad, y así sucesivamente.

Toda técnica psicoterápica efectiva ha de conducir a la vivenciación, a la liberación de tensiones, a la expresión de emociones hondas. Ninguna abundancia vivencial podrá considerarse excesiva para el logro de los objetivos básicos en psicoterapia.

En psicoterapia ningún psicoterapeuta controla todas las distorsiones de quien busca su ayuda. Antes bien, en la psicoterapia vivencial se favorece la expresión de lo anormal y, en un primer momento, se activa el comportamiento desbalanceado, sea psicopático o neuropático. Los pasos de la actividad psicoterapéutica son :

1. Promover el comportamiento anómalo utilizando la fantasía y la sensibilidad en forma de abreacciones y de acting out (actuar hacia afuera) para llegar a las necesidades, emociones y sentimientos básicos. La abreacción es la descarga emocional anómala, reactiva a una situación que se expresa en un comportamiento, por lo general hostil, que corresponde a momentos pretéritos de la vida de la persona. A esto último se le suele llamar acting out.

2. Conocer cómo cada individuo expresa sus emociones básicas de modo malsano.

3. Favorecer la vivenciación de la realidad y relacionar la vivencia con episodios biográficos significativos previos.

4. Promover el desaprendizaje de aquellos modos de reacción asentados en mecanismos de defensa que impiden la expresión auténtica, autónoma, flexible y libre.

5. El individuo aprende a generar en él mismo sentimientos básicos sanos, logra reconocerlos y puede trabajarlos vivencialmente.

6. Con la ayuda de técnicas integradas, el individuo es llevado a un mejor manejo de sus sentimientos básicos promoviendo su expresión auténtica.

La actividad psicoterápica, integrativa, dialéctica, vivencial contiene y utiliza diversas técnicas desarrolladas en diferentes escuelas psicoterápicas pero no se adhiere a ninguna de ellas. Antes bien, el procedimiento empleado es de tipo experimental en el sentido de que, como en todo proceder científico, del resultado de cada experimento depende el mejoramiento de los experimentos ulteriores. La psicoterapia integrativa es, pues, creativa con base experimental. De esa manera el progreso de la psicoterapia está asentado en la realidad de cada paciente y no en la fundamentación teórica de una u otra orientación de grupo o escuela. El diagnóstico en el sentido usual, se hace cada vez menos importante, de ahí que se recurre al diagnóstico pluridimensional y multidimensional. La transferencia con el psicoterapeuta tampoco es tan importante porque el problema no está en la relación del individuo con los demás, sino en la relación del individuo consigo mismo. En este sentido la psicoterapia, independientemente del diagnóstico, ha de lograr una conciliación interna del hombre. Este debe darse cuenta de los mecanismos de defensa que insconscientemente utiliza para no expresar sus sentimientos básicos genuinos. En este sentido la psicoterapia torna conscientes mecanismos psicológicos inconscientes permitiendo su modificación progresiva resultante de un trabajo de desaprendizaje y reaprendizaje voluntarios.

La psicoterapia integrativa promueve la maduración, esto es, la integración de los diversos sistemas estructurales del ser. Parte del proceso de la maduración estriba en darse cuenta, esto es, tomar conciencia de lo genuino. En la psicoterapia integrativa se aumenta ese darse cuenta. Vivenciar los dolores primarios es doloroso pero sano. Sin conciencia de ellos no hay definición de la identidad. Una forma como se llega a los sentimientos genuinos es observar en qué forma cada cual actúa anormalmente. El proceso psicoterápico es, en buena parte, un proceso de darse cuenta. Darse cuenta

de la posibilidad de expresión de impulsos, darse cuenta de que pueden ser impulsos agresivos suceptibles de ser vertidos hacia afuera o hacia adentro. Darse cuenta de la posibilidad de nuevas formas de expresión por parte de uno mismo. Si el individuo aprende que hay siempre la posibilidad de que existan diferentes puntos de vista acerca de lo mismo, de que se sienta diferentemente en condiciones similares, de que se generen situaciones similares partiendo de sentimientos diferentes, en otras palabras, si el individuo capta la realidad dialéctica, en ese momento se encontrará en condiciones para la aceptación de aspectos de sí mismo y de los demás que anteriormente fueron bloqueados, negados, rechazados, lanzados dentro de sí o lanzados fuera de sí por mecanismos de defensa cada vez más graves y cada vez menos perceptibles y apreciables por la misma persona a medida que se van intensificando y agravando. Consecuentemente a la psicoterapia el ser humano no presentará sintomatología, incluso ante situaciones internas y externas, que antes de la psicoterapia eran patógenas. El instrumento para el análisis psicoterápico puede ser de base psicoanalítica, existencial, transaccional, o de cualquier otra índole. El proceso psicoterapéutico, en todo caso, es una forma de evolución inversa a aquella que originó y mantuvo la enfermedad. La psicoterapia es el darse cuenta de la contraparte dialéctica de aquello que en cada cual constituye su propia anormalidad. Se obtendrán resultados terapéuticos con cualquier sistema o estilo psicoterápico que conduzca a este darse cuenta y que establezca el balance dialéctico de la persona en su relación con el mundo y en su relación consigo misma. Todo método que logre establecer la contraparte dialéctica, sea cual fuere el procedimiento que utilice (sugestión, abreacción, análisis, síntesis, enseñanza), ha de ser considerado útil en psicoterapia para alcanzar la integración de la persona como ser humano.

Un aspecto de la psicoterapia integrativa dialéctica es que puede

ser vista como un proceso de desaprendizaje. Partiendo de los ideales, introyectados pese a su inexistencia, se debe configurar una nueva actitud interna concorde con la realidad psicológica. Idealmente el sistema del bebé, que sufre o goza, ha de orientarse hacia el goce. El sistema niño ha de orientarse hacia ser bueno y obediente. Tratándose del sistema adolescente ha de lograrse que sea sumiso y se sujete a las reglas impuestas. El sistema del adulto, lógico y culto, ha de estructurarse en esa dirección así ello entrañe una frialdad hiriente. El sistema del anciano se orienta hacia la sabiduría y la flexibilidad. En el proceso educativo se plantean contradicciones internas tremendas entre los diversos sistemas, ya que el bebé que goza estará en conflicto con el niño bueno y obediente y con el adolescente sumiso. El adulto culto y frío en contacto conflictivo con el niño bueno y obediente ya que va a infringir muchas reglas para lograr la cultura y la preparación. A su vez, el anciano sabio y flexible va a entrar en franco conflicto con la insensatez de los principios introyectados del niño y también con la rigidez razonada y fría del adulto ideal que pretende llegar a la última verdad a través de la lógica causal. La psicoterapia ha de lograr un nuevo equilibrio, un darse cuenta que en cierta forma entraña un incremento de los aspectos del bebé y del anciano que, por lo general, son los más oprimidos por el proceso educativo. Como contraparte de esto, la psicoterapia significa un desaprendizaje de los introyectos del sistema niño y de la utilización, excluyente y exclusiva, de la lógica causal del sistema adulto,
Con la psicoterapia dialéctica se desaprenden multitud de normas arbitrarias y se desentrañan muchas contradicciones internas y externas. Puede entonces encontrarse la paz en la aceptación de los contradictorios simultáneos que hay en nosotros mismos, en los demás y en las relaciones entre nosotros y los demás.
Toda psicoterapia es un proceso que permite pasar del heteroapoyo

al autoapoyo. También se logra cambiar las formas de impresionar hacia afuera, en formas de autoexpresión. La psicoterapia ha de modificar la actitud interrogativa en una actitud afirmativa. Este cambio no se refiere al proceso del conocer que siempre ha de requerir la actitud interrogativa, sino el proceso de vivir propiamente y, más específicamente, a la conducta. Vivir para un ser sano es autoafirmarse y la conducta correspondiente es la asertiva. La interrogación es sana sólo en la medida en que permite autoafirmarse. Las interrogaciones ¿por qué? ¿dónde? ¿cuándo? ¿cómo?, son angustiantes y expresan insatisfacción, expectación y desconocimiento. Uno de los objetivos de la psicoterapia es que el individuo llegue a expresarse afirmativamente.La psicoterapia ha de lograr un cambio de la actitud interrogativa alienante, a la actitud afirmativa, autoafirmante, asertiva. El interrogante puede ser el comienzo del darse cuenta pero, el darse cuenta, el percatarse, no suele ser sentido como una interrogación sino como una afirmación honda, significativa, vivenciada. Por otra parte, vivenciar en el sentido estricto quiere decir ser un hombre que siente. El enfermo no puede estar realmente contento porque está dolido. En este sentido, la terapia integrativa vivencial considera al zen y a todos los métodos hipnóticos como medios para permitir las regresiones que han de favorecer la vivenciación terapéutica. Este es el caso para todas las vivencias trascendentales. La adjudicación de roles también nos aleja de nosotros mismos. Quien ha aprehendido un rol en el que ha perdido frente a sus padres, posiblemente nunca conocerá el éxito. El enfermo busca obtener algo de la vida que reemplace la real forma de vivir que es la vivencia. La curación sólo es posible cuando el enfermo retorna a su pasado para traerlo al presente. La terapia no produce felicidad. Se debe ayudar al paciente a sentir su pasado como algo diferente del presente. El paciente puede sentir que él no ha tenido buenos padres; en ese momento disminuye la razón por la cual lucha.

En este sentido ya no tiene porqué luchar de modo simbólico contra su pasado, ni actuar de modo simbólico a favor de su futuro. El pasado es parte de él y el presente es el presente. En la terapéutica vivencial se trata de reducir aquellos estados presentes cargados de contenidos anteriores ya que éstos los mantienen inauténticos por obsoletos. En toda psicoterapia efectiva se han de producir muchas situaciones vivenciales como para destrabar la multitud de condiciones anómalas diarias. Tanto la terapia dialéctica como la terapia guestáltica y mucho más todavía, la terapia primaria, constituyen un enfoque vivencial del ser y de sus procesos. La psicoterapia no es un procedimiento en el que se hable"acerca de" o se trate del "como sí". Lo que se ha de conseguir es, esencialmente, una forma de vivir la vida con los pies puestos en la tierra. Se ha de llegar a estar en este mundo en forma plena, libre y abierta, sin usar más recursos que apreciar lo obvio, lo que es. La psicoterapia efectiva requiere un enfoque fenomenológico existencial de la persona. Esto quiere decir que la existencia de la persona ha de ser enfocada tal como se da, sin agregarle nada ni modificarla con interpretaciones arbitrarias. Las interpretaciones serán más arbitrarias en la medida en que sean hechas por una segunda persona. La arbitrariedad se incrementa cuando, por razones de escuela, se hacen las mismas interpretaciones en todos los casos.

Cuando se habla de psicoterapia no se trata de un proceso excitante y fugaz. Se trata de un camino largo que hay que recorrer para llegar a saber que hay que seguir recorriendo. Estar en el mundo con sus altibajos, solos o acompañados, es parte de una misma cosa : existir en el aquí y en el ahora. Vivir sanamente es plantear la búsqueda de posibilidades de captación, estar alerta y alcanzar la aprehensión que significa un adentrarse en el problema real, en mi problema y no ocuparse de "acerca de eso" que es siempre una forma de soslayar el propio desbalance.

No hay ningún sentido de la vida sino solamente un sentido de las vivencias y es esto, justamente, el proceso de vivir. La búsqueda de un sentido de la vida simplemente es una prerrogativa enfermiza que comienza cuando al niño se le impone que para sobrevivir tiene que encontrar el sentido de lo que ve y siente y tiene que cambiar sus sentimientos básicos, originales y auténticos para acomodarse a las exigencias parentales. El sentido de toda psicoterapia es llegar a una vivenciación articulada con el darse cuenta de que la vida trae su sentido en sí misma. Lamentablemente los seres humanos han sido transformados por sus educadores en robots, ya que no han dejado que el bebé sienta. El individuo que no siente no tiene una vida con sentido. Los que han perdido el sentido de la vida, los que se acomodaron a los deseos de sus padres, esperan de modo inconsciente poder llegar a encontrarlo nuevamente en cuanto se den con un terapeuta que les diga cómo deben vivir y qué deben hacer. De igual manera, los enfermos con sociosis, necesitan la fe en un fundamento metafísico-que les significa un objetivo a alcanzar o un principio ordenador y orientador- que los libere del caos y de la falta de afectos que sienten continuadamente. El fundamento metafísico, muchas veces introyectado como religión, le da una impresión de trascendencia a quien por sociosis , no es capaz de alcanzar una identidad plenamente satisfactoria. Es obvio que estas personas están prontas a creer prácticamente cualquier cosa solamente para llegar a una especie de conocimiento que les permita sobrellevar la realidad de que vivimos aislados y solos y que la soledad es simplemente la coyuntura del estar en la vida. Las heridas o angustias primarias son despertadas por situaciones que impiden el normal pensar. Por esa misma razón es que el enfermo no confía en su pensamiento. En cuanto el niño se disgrega por su dolor, empieza a desarrollar o aceptar filosofías y concepciones que, en cierta forma, le permitan sobrevivir con sus propias negaciones y falsías. Sobre

la base de la falsificación de los sentimientos y necesidades básicas se constituye entonces una visión deformada del mundo.
La percepción del mundo, la aprehensión de la realidad en buena parte, son debidas al dolor que las acompaña. La represión del dolor disminuye la percepción. La liberación del dolor aumenta la aprehensión de sí mismo. Mientras una persona no es capaz de vivir libremente su vida, vale decir de vivenciar y de vivenciarse libremente, no tendrá una vida que le permita aprehender. Cuantas más parcelas de la realidad tenga que esconder un individuo, cuanto más se ligue a la irrealidad, más posibilidades tiene de que ciertas partes de su pensamiento se tornen irreales. Ser libre y tener la posibilidad de articular sus propios sentimientos conduce a la estructuración de un hombre articulado, con pensamiento libre no restringido por esa angustia que paraliza el pensamiento.
La angustia para quien la genera y para quien la siente, limita enormemente la capacidad de vivenciar inteligentemente. Así se explica la dificultad que tienen el angustiado y el manipulador, para concentrarse. En otras palabras, estas personas pueden ser inteligentes desde el punto de vista de las pruebas psicológicas, pero no sabrán cómo conducirse ni podrán comportarse adecuadamente a la situación. El sentido de la vida se les escapa ya que la vida para ellos constituye una cadena de acontecimientos con los eslabones sueltos. La condición del hombre desbalanceado, tanto extratensiva cuanto intratensivamente, es el estar controlado primero por el grupo en general, por los padres en particular y, finalmente, por sí mismo. Este controlismo se transmite de generación en generación como expresión de la tradición y de la cultura. El origen de este control corresponde a una situación cultural por la cual la represión es elevada a la condición de virtud. A su vez, esto tiene su origen en que cuando se exige una élite (sacerdotal, guerrera, económica, etc.) que atesora bienes de un tipo u otro (influencia, po --

der, riqueza, etc.) el impulso de atesorar hace que la élite logre que estos bienes se originen en el trabajo de los otros. Consecuentemente la mayoría de la gente se ve obligada a vivir el mundo irreal donde por el controlismo, no existe la posibilidad de la satisfacción sana y libre de las adecuadas necesidades genuinas. La gente se engaña pensando que todo está en orden si la conducta está bajo control. En este caso lo que sucede es que se reprimen los sentimientos básicos genuinos. Al controlarse los sentimientos agresivos, los sentimientos tiernos quedan también sin poderse expresar plenamente. Esta condición anormal viene a ser como una caldera a presión que puede explosionar en cualquier momento, o simplemente cuando se pretende abrirla un poco. La mayoría de la gente en un grupo cultural está sometida a las mismas normas represivas, de allí que la mayoría actúe de modo uniforme. Uno de los mecanismos de defensa en juego en este caso, es el de la confluencia : todos hacen lo mismo, la moda es para todos, las normas aceptadas en la sociedad son las que todos debieran seguir. Como consecuencia de la psicoterapia el individuo se torna individualista y llega con facilidad a los sentimientos genuinos en lugar de actuar de modo anormal. El individuo aprende a vivir con su dolor pues se da cuenta que bloquear el dolor es anormal. Los resultados de la psicoterapia, conscientes y sobre todo inconscientes, quedan integrados al ser. Son pues estables y puede hablarse de curación. El individuo curado vive en un mundo real. El enfermo vive en un mundo irreal y pretende convertirlo en realidad. Quien vive en un mundo real no se deja llevar al mundo irreal de los enfermos. Esto quiere decir que tiene autonomía, o sea que no es arrastrado malsanamente por el malestar del otro, sin menoscabo de que se generen sentimientos sanos en la relación. Para quien vive en la realidad la vida es simple y vive contento. Puede sentir, puede amar y ser amado. Cuando un ser está enfermo tiene esperanzas e ilusiones enfermizas. De hecho las

esperanzas y las ilusiones desmedidas son anormales, pues entrañan una búsqueda de ideales alienantes de la realidad. El encuentro y el enfrentamiento del ser con la realidad son saludables. La persecución de ideales inalcanzables y la búsqueda de paraísos, producto de la fantasía malsana, son enfermizos. Lo que no es enfermizo es el encuentro honesto y sentido consigo mismo, con los demás y con el mundo circunstancial en cada momento de la vida.
El individuo sano resiste mejor el dolor porque lo siente y no tiene porqué expresarlo mediante síntomas que mantienen el conflicto eternamente irresuelto y el dolor eternamente presente. La conducta anormal no puede modificarse por fuerza de voluntad, ya que nadie puede ser o intentar ser lo que no se puede ser y, mucho menos, pretender ser lo que no se es. Es así como no puede vencerse ningún síntoma con fuerza de voluntad. La necesidad basal es que papá y mamá, o las figuras parentales simbólicas pertinentes, lo amen a uno. La falta de amor de papá y mamá, o de las figuras parentales, hacen sentir al individuo que muere. La necesidad de amor empieza en el nacimiento. El amor que se espera de la madre es ser abrazado y alimentado con lo cual se satisfacen las necesidades del infante. Si ellas no están satisfechas la enfermedad se instala desde los primeros instantes del nacimiento. La enfermedad es un mecanismo de defensa contra la expresión del dolor y el placer básicos. La enfermedad reprime el dolor y el placer básicos y la expresión mantiene la enfermedad. La curación es la puesta al descubierto del dolor y del placer y el sentirlos genuinamente. Con igual criterio tiene que hacerse una apertura para todo lo que es la verdad y la realidad. Para ello hay que tener conciencia de sí y de los demás : la conciencia más importante es no sólo la del placer sino la del dolor.
Al comienzo de la vida el sistema irreal de control parte del otro y de la sociedad. A medida que transcurre el tiempo se agrega el control que parte de uno mismo. El sistema de control oprime el sistema

real de sentimientos, de allí que con el moralismo y el ruego no puede modificarse el sistema conflictivo determinado justamente por el moralismo represivo, autoritario y controlista. La apreciación de la verdad hace innecesario el sistema represivo. Lo básico en la enfermedad es la represión de lo real, de las necesidades reales. Tiene que tenerse en cuenta que los sistemas una vez estructurados tienen tendencia a mantenerse por circuitos de retroalimentación. Un sistema sólo puede modificarse mediante cambios en su base. Ningún cambio básico puede hacerse sin el sentimiento correspondiente que, tratándose de los desbalances psicológicos, es el sentimiento del miedo y del dolor. Sentir es la elación, ascendente o descentente, del ser humano. Los niños tienen que aprender que los sentimientos no son el resultado de la educación sino de algo que corresponde plenamente a su propia sustancia. Los sentimentos, todos los sentimientos, deben integrarse a la estructura de la educación en forma tal, que no comiencen a presentarse las tensiones, los pavores nocturnos, la enuresis, las mentiras, las terquedades. El enfermo, particularmente el neurótico, lo mismo que el psicópata, tienen que expresar los sentimientos que les produce la existencia de una censura y una crítica externas que ellos han internalizado. Tienen que expresar el dolor que se les ha producido, lo miserables y rechazados que se han sentido, el sentimiento de falta de poder ante unos padres insoportables e inabordables, la impotencia ante un padre inaccesible e impenetrable. Tienen que expresar los sentimientos de desesperación ante las humillaciones a que han sido sometidos, las privaciones que han pasado y las hostilidades que han tenido que soportar.

La psicoterapia da la posibilidad de que el hombre sienta sus necesidades, viva su vida, pueda amar y ser amado, aceptando que hay otros que pueden vivir y amar de modo diferente.

CAPITULO XIII

TECNICAS PSICOTERAPICAS INTEGRATIVAS

1. Integración y adecuación
2. Aspectos específicos de integración dialéctica
3. Condiciones ambientales (setting)
4. Presentación de transcripciones de situaciones psicoterapéuticas
   - 4.1. Trabajo dialéctico, integrativo, vivencial de tipo individual.
   - 4.2. Trabajo vivencial en un grupo terapéutico
   - 4.3. Experiencia vivencial en un grupo no organizado con fines psicoterapéuticos
5. Colofón

1. Integración y adecuación

La psicoterapia propende a lograr la conducta más adecuada a la realidad. Esta adecuación lleva consigo una serie de condiciones que, al mismo tiempo, son requisitos y consecuencia del juego entre la conducta y la realidad como parte de un bipolo de interacción. La flexibilidad, la autonomía, la libertad, la espontaneidad, la autenticidad y la ataraxia, son una serie de aspectos apreciables en la conducta normal. Han de lograrse a través de la psicoterapia cuando ellos no están dados en un individuo o en una relación. La técnica psicoterápica que pretenda lograr en un conducta, individual o grupal, el desarrollo de las posibilidades de despliegue, condiscentes con lo indicado más arriba, no se puede ser única y excluyente. Ninguna escuela psicoterápica es la portadora

de la verdad inconcusa e incontrovertible. Por consiguiente, ninguna técnica es la única y la que exclusivamente puede conseguir el desarrollo de los objetivos propuestos para el logro de la conducta más adecuada. La integración de técnicas psicoterápicas diversas, de acuerdo con la realidad de cada persona o de cada situación en cada momento, la integración de ellas en un conjunto, de ponderación también variable, son la posibilidad más enriquecedora para la modificación de una conducta con el fin de hacerla más adecuada. Esto último significa que la psicoterapia integrativa es válida tanto para modificar una conducta "anormal" y convertirla en "normal", para hacer que una conducta "normal" vaya haciéndose "más normal".

2. Aspectos específicos de integración dialéctica

En la práctica de la psicoterapia integrativa se utilizan técnicas de todos los sistemas y escuelas conocidos, en la medida en que son útiles para los objetivos propuestos. Por esa razón la técnica integrativa está en contínua modificación determinada por el enriquecimiento, surgido de la misma experiencia, propia y ajena. De la escuela psicoanalítica se utiliza todo el inmenso material de apoyo teórico, las posibilidades interpretativas, el estudio de la situación de la relación entre los que participan en la psicoterapia (análisis de la transferencia) y la clarificación de los mecanismos sanos, de defensa y patológicos que cada cual utiliza. En psicoterapia integrativa se hace un análisis de la transacción considerando los sistemas estructurales descritos y el modo como interactúan en la persona y en la relación entre personas. Las técnicas llamadas de terapia guestáltica, con su énfasis en el aquí y el ahora, forman parte de la psicoterapia integrativa, refrendando

y promoviendo la autonomía de los aspectos sanos de la relación entre el ser y el mundo. La modificación de conducta es, al mismo tiempo, una técnica y un objetivo que, tratándose de la psicoterapia integrativa no es único ni exclusivo ya que es parte constituyente del mismo quehacer y del propósito de la persona; el refuerzo, el mérito y el demérito, la capitalización en el logro, la estructuración de niveles de acción psicoterápica, forman parte del quehacer psicoterápico integrativo. Las técnicas de relajación - que con variaciones se conocen como adiestramiento autógeno, hipnosis activa fraccionada, control mental, meditación trascendental - forman parte de la técnica integrativa. Se enfatiza la significación del dipolo relajación-contracción y se ejercita al participante en la posibilidad de que se pueda manejar adecuadamente estos estados de acuerdo a las circunstancias. El énfasis en la responsabilidad individual y el significado de determinados valores, la captación de la significación y de la importancia del individuo como tal, son parte importante de la psicoterapia integrativa. Las técnicas de rehabilitación física, expresión corporal, y de todos aquellos sistemas que conducen a una movilización física son utilizados en la medida en que ello es posible en el curso de la psicoterapia. Las técnicas de movilización psicológica de la persona, las denominadas de vivenciación, la psicoterapia del grito primario -que enfatiza la importancia de llegar a los sentimientos más elementales y lograr su expresión más auténtica - constituyen una parte muy importante del quehacer psicoterápico integrativo como se ha visto en el capítulo precedente.

La relación anterior no pretende ser exhaustiva sino sólo enumerativa parcial de las diferentes orientaciones que se integran en el quehacer psicoterápico dialéctico integrativo vivencial.

3. Condiciones ambientales (setting)

Uno de los objetivos fundamentales es conseguir el darse cuenta de la realidad y vivirla. Esta es una integración de una visión interna (insight) acompañada de vivenciación, esto es una expe--- riencia plena, de los sentimientos correspondientes a la realidad, interna o externa, que se está aprehendiendo. Todo lo que favorezca lo anterior es adecuado para la actividad psicoterapéutica. La intimidad de una oficina agradablemente decorada puede ofrecer, en un momento determinado, tantas o más ventajas que el bullicio de una reunión en grupos movilizado y en plena actuación extrareali-- zante (acting out). La psicoterapia individual, en que el diálogo se establece entre el psicoterapeuta y el que busca la psicotera-- pia, es útil para quienes no pueden participar en psicoterapia grupal, donde el psicoterapeuta es tan miembro de un grupo como los otros participantes. La actividad grupal está más cerca de la realidad social -que en última instancia es la realidad humana- que no la situación de psicoterapia individual. La situación grupal favorece el despliegue de la actividad tanto en el sentido extra--- tensivo como en el sentido intratensivo. Se promueve así la movi-- lización afectiva de los participantes y con ella la vivenciación. En la actividad grupal puede estudiarse mejor la situación transferencial y analizarse sus efectos y causas. En un grupo se favorece la actuación libre del individuo, ya que puede escoger libremente entre hablar o callar -lo cual también acontece en la situación psicoterápica individual -así como entre tocar y no tocar, acercarse o alejarse, salir o entrar, etc. -situaciones y posibilidades éstas que, si bien se dan también en la psicoterapia individual, por el mismo contexto estructural de ésta, se ven menos favorecidas. La situación grupal favorece pues la expresión libre de la reali--

dad del individuo, facilita el reforzamiento de las conductas sanas y promueve la modificación desestructuralizante de las conductas malsanas y/o inadecuadas.

Las condiciones del espacio, interno y externo, son importantes en la vida y, naturalmente, también en psicoterapia. Para ésta es conveniente un ambiente con poco o ningún mueble, donde pueda modificarse la luminosidad y la aireación. Buena parte del trabajo, por ejemplo, la relajación, se hace echado, por ello y por comodidad, es útil que haya abundantes cojines. El ambiente físico genera un clima de posibilidad participatoria en el que el individuo no está trabado por los objetos formales que tántas veces generan temor y rigidizan la conducta. La disposición del ambiente, sea la que fuere, es también importante para la vivenciación de la territorialidad, esto es, de la significación personal del espacio individual. Hay que favorecer los arreglos que promueven la integración individual y grupal, y la comunicación.

Respecto a la duración, es conveniente que el trabajo psicoterápico, en presencia del psicoterapeuta, sea lo más largo posible. No es conveniente, aunque a veces es necesario tanto para el psicoterapeuta como para quien busca psicoterapia que el tiempo se restrinja rígidamente, a un número prefijado y arbitrario de minutos. La flexibilidad también es importante en este caso. Las sesiones cortas, sean de tipo individual o de tipo grupal, son con frecuencia frustrantes. La experiencia hace ver que justamente al final, de la entrevista o del trabajo de grupo, es cuando suelen suceder los hechos, internos o externos, más terapéuticos tanto para quien los vivencia como agente cuanto para quien los observa e incorpora más pasivamente. Tres horas de duración, para un grupo que se reune regularmente, constituye una duración adecuada (naturalmente que con criterio flexible las sesiones pueden durar algo me-

nos o, con frecuencia, mucho más). Por las mismas razones son sumamente valiosas las reuniones de larga duración, si es posible de varios días en que la actividad grupal psicoterápica se mantiene ininterrumpidamente. A este tipo de actividad grupal se lo suele denominar encuentro vivencial, laboratorio vivencial, "Maratón" de trabajo grupal, etc.

En la psicoterapia individual el número de participantes está limitado a dos. En actividad psicoterápica con la pareja los participantes son tres. El trabajo grupal propiamente dicho empieza cuando el número de participantes sobrepasa a cinco. Los integrantes del grupo e activan en la medida en que el número de participantes es mayor. Para un grupo que se reune con regularidad y ahondándose en el trabajo personal de cada cual, la experiencia demuestra que entre 9 y 12 es un número adecuado. Para grupos vivenciales de encuentro, grupo "Maratón", 15 o 20 integrantes constituye un buen número.

La utilización de ayudas audiovisuales es importante aunque no imprescindible. Ellas permiten una mejor integración del individuo consigo mismo. Se facilita también la labor pedagógica y, muy especialmente, se promueve la aceptación de sí mismo y del otro. El registro de una cinta magnetofónica o de un video durante la sesión, siempre con la anuencia del individuo o del grupo, constituyen documentos invalorables en psicoterapia. Ellos vienen a ser también un archivo y, al mismo tiempo, un marco de referencia.

Por lo que respecta a la grabación de la voz, es importante que el sujeto con frecuencia se escucha a sí mismo de modo diferente a cuando se escucha de una grabación. En relación con el uso del video, a más de lo que acaba de decirse, es necesario agregar que el individuo usualmente no se ve a sí mismo, a menos que tenga un espejo ante sí, pero éste le impide la comunicación frontal con el o

tro. La persona al reescuchar y reescucharse, al volver a ver y volver a verse, se pone en situaciones enriquecedoras que promueven el cambio.

4. Presentación de transcripciones de situaciones psicoterápicas

En la activida psicoterápica se busca el reconocimiento de la situación dialéctica, la integración del ser en su ambiente. Esto último sin menoscabo del despliegue de la capacidad expresiva plena del ser y sin que se pierda la autonomía del ser frente al ambiente, -frente al otro, frente a los otros y frente a la ecología, esto último en la medida de lo posible -. Se mantiene pues la libertad de despliegue y la espontaneidad de la acción. Todo ello puede conseguirse, tal como se ha planteado, tanto a través de un trabajo de psicoterapia individual, cuanto a través de un trabajo de psicoterapia grupal, si bien la experiencia indica que este último sistema de trabajo es más efectivo. A título ilustrativo, se transcriben a continuación parte de unas sesiones de trabajo. Ellas van precedidas de un brevísimo resumen biográfico que contienen algunas acotaciones que hacen más comprensible la transcripción.

4.1. Trabajo psicoterápico, dialéctico. integrativo, vivencial de tipo individual.

El señor J.Q. es un contador, de 51 años, que concurre a buscar ayuda porque presenta angustia con molestias en la región del corazón, desde hace 4 años. Ha concurrido a muchos consultorios, se ha hecho varios electrocardiogramas, ha recibido diversos tratamientos con sedantes y no ha logrado mejoría. Se transcribe una sesión individual. El paciente llega a la hora exacta y toma asiento.

Paciente.- "Doctor, me he sentido mejor sin las pastillas. Será por lo que no estoy tomando las pastillas."

Doctor .- "Me alegro mucho que así sea. Las pastillas que us---- ted tomaba lo deprimían".

Paciente.- "Dicen que las pastillas dopan".

Doctor .- "En efecto, las pastillas que usted tomaba lo decaían. Ahora cuénteme cómo es que se ha venido sintiendo me-- jor".

Paciente.- "¿Cómo me he sentido en estos días?".

Doctor .- "Sí".

Paciente.- "Hace dos días me sentí muy mal. Peor puede decirse. Luego me sentí más animado. Doctor, me falta el aire a veces y sudo. Hacía tiempo que no me pasaba pero me pa só así como cuando vine a buscarlo".

Doctor .- "Usted tiene miedo, está asustado".

Paciente,- "Sí doctor, pienso en mis hijos. Ya me estoy sintiendo mal, me falta el aire". (Mueve su mano derecha como pa ra abanicarse)."Me duele acá". (Con su mano derecha se agarra el pectoral izquierdo).

Doctor .- "¿Se cree usted enfermo del corazón?".

Paciente.- "No doctor, es un tironeamiento muscular".

Doctor .- "Tiene usted razón. Cierre los ojos y trate de sentir- se todo lo mal que pueda". (El paciente cierra los o-- jos y da muestras de cierta inquietud, sigue haciendo con la mano derecha los movimientos mencionados más a- rriba).

Doctor .- "Ahora vaya usted retrocediendo en su vida, sintiendo y viviendo aquellos momentos en que usted haya sentido lo mismo que siente ahora : su falta de aire, su in -- quietud, su dolor, su miedo, su malestar".
(El paciente permanece con los ojos cerrados y empie-- zan a temblarle los párpados).

Doctor .- "Cuando haya ------ hecho usted el recorrido hacia a--- trás empiece a expresarlo como para usted, contándose a sí mismo, en presente y en primera persona lo que ha_ ya captado, percibido, vivido. Algo así como : soy chi_ quito, tengo miedo de estar solo ... o algo por el es- tilo".

Paciente.- "Mi mamá había muerto y era el día de la madre, y mis hermanos lloraban ... yo soy el menor" (el paciente se mueve nerviosamente en su silla) "Doctor, ¡me siento mal, me falta el aire!...".

Doctor .- "Justamente, ya sé que se siente mal, siga expresando lo que ha vivido".

Paciente.- "Mi madre ha muerto el día de mi cumpleaños, tengo 7 a_ ños, el día de la madre en el colegio es muy triste, mis hermanos lloran" (el paciente empieza a llorar y a dar más signos de falta de aire para respirar).

"Doctor, no puedo hablar".

Doctor .- "Si no puede hablar no hable, Sienta lo que sienta. (el paciente llora un rato más, bastante quedamente). ¡Qué situación desagradable que el día de su cumplea-- ños muera su mamá!"

Paciente.- "El día de mi cumpleaños mi papá se enfermó, ¡qué ma-- la suerte! Sufría mucho" (empieza a sollozar nuevamen- te). "Un año después también justamente el día de mi cumpleaños tuvieron que volverlo a internar" (sigue so llozando). "Doctor, me siento mal, me siento muy mal".

Doctor .- "Ya me doy cuenta. Usted pensará y creerá que ha sido en parte causante de estas desgracias, que usted es un tipo con mala suerte. Su papá sufrió mucho y parece que usted no acepta que también sufrió".

Paciente.- "Sí doctor, sufrió mucho esos últimos años. Yo soy el, menor de los hermanos hombres. Mi hermanita murió" (se inicia de nuevo un sollozo). "Ella le dijo a mi mamá "yo te voy a llevar", y esa misma noche murió, era el 24 a las 12 en punto".

Doctor .- "A ver repita usted : "mamá te voy a llevar".

Paciente.- "Mamá te voy a llevar".

Doctor .- "¡Más fuerte y con más sentimiento!".

Paciente.- "Mamá te voy a llevar (el paciente sigue repitiendo, estimulado por el médico, varias veces la frase, cada vez con mayor intensidad y mayor carga emocional. Al cabo de cinco veces el paciente rompe a llorar intensa mente. Pasados unos minutos prosigue el siguiente diálo go .

Doctor .- "¿ Y qué más ha pasado ?".

Paciente.- "Eso pasaba en diciembre y en mayo mi mamá murió".

Doctor .- "Repita usted : mamá, te he llevado".

Paciente.- "Mamá, te he llevado" (el paciente repite esta frase varias veces, cada vez con mayor intensidad en la voz, estimulado por el médico y al cabo de 4 o 5 veces el paciente rompe en llanto con sacudidas y sollozos). "Doctor, no puedo respirar". (Con sus manos, particu-- larmente con la izquierda, se toca el vientre).

Doctor .- "Aflójese el cinturón". (El paciente empieza a hacerlo con cierta renuencia).

Paciente.- "Doctor, es como una faja".

Doctor .- "Aflójeselo más, aflójeselo totalmente". (El paciente se lo afloja y con cierto pudor se afloja también el pantalón).

Doctor .- "Ahora respire usted con el vientre. Hondamente, tranquilamente". (El paciente lo hace y empieza a tranquilizarse).

Doctor .- "Esta es una de las cosas que va usted a aprender cuando haga relajación. Mejor dicho ya lo está usted aprendiendo. Esto le puede servir, una de sus dificultades para respirar está en que usted mismo, como lo ha di-- cho, se ha fajado. Usted solamente está respirando con la parte alta del pecho. Ahora se va a sentir mejor."

Paciente.- "Me siento mejor. Me vino un dolor como un tironeamiento aquí". (Señala la región pectoral izquierda. Solloza, se seca las lágrimas e, inesperadamente, se pone a reir).

Paciente.- "Doctor, ahora sé porqué yo no resisto la navidad. Siempre la he pasado por alto, mi mujer me ayudaba para pasar la navidad por alto".

(Vuelve a reirse). "Ahora sé porqué no me gustaba la navidad".

Doctor .- "Así es".

Paciente.- "Me siento mejor. Mis hijos seguro que han sufrido. Doctor, ¿Todas las veces va a ser así?" (esto es dicho con cierta aprehensión).

Doctor .- "El tratamiento incluye diversos aspectos. Uno de ellos es el que acabamos de trabajar. Otras sesiones son muy diferentes. El trabajo de relajación es otro aspecto. De todas maneras hoy ha avanzado porque usted llevaba dentro de sí muchos sentimientos guardados y que lo han venido molestando durante muchísimos años".

Paciente.- "Me siento mejor, ¡Cuántas cosas hay de las que uno no se da cuenta!. Siento la cabeza rara pero me siento mucho mejor. Muchas gracias doctor".

Doctor .- "Aparte de sus venidas para aprender relajación quisiera que viniera usted ..." (Se prosigue la conversación para acordar una nueva cita). Luego en tono festivo el médico prosigue con la frase siguiente : "¡No ajustarse mucho la correa y, más bien, bajar de peso!". (El paciente lleva un sobrepeso de 12 kilos).

Paciente.- "Está bien doctor, ya me di cuenta. Hasta luego". (Se dan la mano, el médico abre la puerta del consultorio y el paciente sale).

4.2. Trabajo vivencial en un grupo terapéutico

Manuel es un joven apuesto, de 24 años, de ceño adusto y ademanes pausados, que viste con elegancia. Su padre fue con él alternativa

y simultáneamente muy afectuoso y muy directivo, Manuel siente que el padre quería manipularlo. La madre fue muy pasiva y nunca se dio cuenta de la realidad psicológica de lo que acontecía a su alrededor. Manuel considera que ella siempre estuvo ausente aunque nunca abandonó físicamente el hogar. Al principio el paciente concurre a instancias de la madre, quien se separó del padre, unas semanas antes. Manuel reconoce cierta dificultad en el establecimiento de relaciones. Se aprecia una falta de empatía y de simpatía con los demás y un gran temor a comprometerse y a hacer el ridículo. Durante una sesión de terapia grupal se indica relajación. Durante ésta se induce a los participantes a sentirse agua. Terminado el período de relajación, estando Manuel en el aquí y el ahora,otro miembro del grupo (Mariano el terapeuta) indica que cada cual va a revivir, con los ojos cerrados, en presente y en primera persona, lo que ha sentido siendo agua durante el estado de relajación.

Cuando Manuel empieza esta parte del trabajo se suscita lo siguiente :

Manuel.- "Soy una agua serena tranquila por encima, que se mueve así (empieza a ondular con manos, brazos y hombros), por dentro tengo una gran fuerza, un gran poder, podría vencer todo lo que se me oponga".

Mariano.- "Siente la fuerza de tu agua".

Manuel.- "Tengo mucha fuerza, podría vencer todos los obstáculos". (Se yergue y estira al máximo guardando la posición de cuclillas en que se encuentra. Entre tanto los otros integrantes del grupo preparan, frente a él, una montaña de almohadones).

Mariano.- "¿Podrías atravesar esta muralla?".
Manuel entreabre los ojos y hace un signo afirmativo.

Mariano.- "¡Inténtalo!". (Manuel inicia el buceo a través de los almohadones que los otros miembros del grupo mantienen en posición).

Manuel.- (Jadeando) "¡Maldita sea!".

Mariano.- "Tu padre no te va a dejar pasar". (Manuel intensifica de modo brutal sus esfuerzos para atravesar la barrera de los almohadones. El avance, en reptación, es lento, Manuel se esfuerza y jadea).

Mariano.- "¡Tu padre no te va a dejar, no es tan fácil avanzar!" (Manuel prosigue su avance lento contenido por los almohadones mantenidos por los otros integrantes del grupo. Después de dos minutos de esfuerzo Manuel llega a salir por el otro lado de la montaña de almohadones. Sale sudoroso y tenso).

Mariano.- "¿Qué sientes?".

Manuel.- "¡Rabia!".

Mariano.- "¿Hacia quién, hacia tu padre?". (Manuel hace un signo afirmativo con la cabeza y se contrae todavía más. Mariano le alcanza un almohadón y se lo pone entre las manos). "¡Grita y pega!". (Manuel coge el almohadón, lo retuerce al máximo de sus fuerzas, grita expeliendo aire como un bufido y lanza un golpe contra el almohadón).

Mariano.- "¡Grita y pega!" (Nuevamente Manuel retuerce el almohadón y se repite el grito-bufido y el golpe seco, intenso y demoledor).

Mariano.- "¡Grita y pega!" (Nuevamente repite la conducta descrita más arriba.

(En la medida en que se ha repetido el golpe, Manuel ha ido avanzando algo sobre el terreno. Los golpes se repiten tres o cuatro veces más y los últimos hacen que el almohadón trabe la grabadora en la que se registra la sesión. Manuel queda echado sobre los almohadones, jadeante, con los ojos cerrados. Paulatinamente se tranquiliza).

Mariano.- "¿Cómo te sientes?".

Manuel .- "Mejor, más relajado". (Por primera vez en toda la sesión se sonríe. En voz muy tranquila, casi musitada, dice una última palabra) "¡Gracias!". (Después de ello, Manuel queda reclinado, tranquilo, relajado, reposando durante unos quince minutos antes de incorporarse).

4.3. Experiencia vivencial en un grupo no organizado con fines psicoterapéuticos.

En todo momento cabe la posibilidad de tener experiencias vivenciales con valor psicoterapéutico. Con frecuencia ello acontece cuando el individuo se encuentra inmerso en una actividad de tipo grupal, organizada sin propósitos psicoterapéuticos específicos. El valor psicoterapéutico de la experiencia vivencial radica en buena parte no sólo en el experimentar los sentimientos sino en el darse cuenta de su significado, reconociendo su valor como enriquecedor y como abridor de nuevas vías. En este caso el recorrido psicoterapéutico es en cierta forma inverso al usual. Usualmente se pasa de un conocimiento más o menos intelectual a un adentramiento en la propia realidad. Creado el clima psicoterapéutico adecuado, la persona alcanza la vivenciación correspondiente y ello conduce al darse cuenta. Tratándose de vivenciación en grupos no terapéuticos el camino es diferente ya que en muchas ocasiones el sujeto parte sin preparación, sin bagaje racional conformado específicamente con fines psicoterápicos. De pronto es sobrecogido por la experiencia vivencial. El proce

se de ordenamiento afectivo y racional viene después y consecuentemente acontece el darse cuenta. La siguiente es la transcripción de una sesión individual en que Erika, una linda mujer de 40 años, relata una experiencia vivencial tenida con motivo de un concierto de cámara. Erika fue criada en un ambiente tradicional cerrado. Sus padres fueron extranjeros y, aunque ella nació en Perú fue educada de acuerdo a los moldes de la pequeña burguesía europea de fines del siglo pasado. Erika ha sentido a sus padres siempre como muy represivos, crueles y autoritarios. El padre fue miembro activo de un partido fascista y ha sido visto por Erika como una persona muy sádica y recuerda que, con frecuencia, las reconvenciones paternas terminaban en castigos físicos quedando ella con las piernas y nalgas marcadas como consecuencia de los latigazos recibidos. Mientras el padre fustigaba decía que todo eso era para salvaguardar el honor de la familia y que era la única forma de hacer de Erika una persona digna y correcta. La madre fue al par una persona exquisita y diferenciada, pasiva, dependiente y sumisa a las imposiciones del esposo. La escolaridad de Erika transcurrió en un colegio de monjas donde con mucha frecuencia era castigada represivamente por ser vivaz, traviesa y cantarina. Uno de los castigos que le impusieron fue el que asistiera al coro del colegio. Cuando notaron que la asistencia le producía placer, las monjas le suprimieron la participación aunque Erika cantaba ya muy agradablemente y con frecuencia tenía a su cargo los solos vocales. Alrededor de los 15 años tuvo una fijación erótica con un sacerdote que participó activamente en el vínculo e intentó genitalizar la relación. Sus padres, entretanto, se opusieron a toda otra relación que pudiera establecer con personas del sexo opuesto aduciendo todo tipo de razones, tanto éticas como morales y sociales. Erika tuvo por entonces su primera depresión. En una reunión social un charlatán le sugirió buscar su ayuda y después de un periodo de manipuleos psicológicos sostuvieron relaciones que llegaron a la genitalidad, caracterizada por el sadismo del compañero y el masoquismo de Erika cuya depresión se agra

vó cuando supo que su pareja había hecho avances orientados genitalmente a varias amigas y familiares cercanos a ella. La relación terminó cuando el charlatán viajó a otro país. En el curso de su depresión por pérdida de la relación Erika se encontró con Leo, un aventurero de mente ágil, enriquecido por medios ilícitos, que presentaba al par un cuadro de angustia con síntomas conversivos y una gran capacidad de manipulación en función de un cuadro psicopático que favoreció una fanática afición al esoterismo y al hipnotismo. Hasta la actualidad es practicante de una suerte de curanderismo que utilizó para iniciar y manipular el vínculo con Erika. La relación de ésta con su nueva pareja tuvo las mismas características psicológicas que las relaciones anteriormente descritas, salvo que la dependencia de Erika se hizo más marcada aún y ello en la medida en que progresaba su depresión. Los síntomas de Erika se incrementaron cuando Leo le planteó la modificación de la relación, dado que él tenía vínculos más íntimos con otras personas y pretendía proseguir manteniéndola en situación de dependencia. En esas condiciones Erika fue atendida por un médico no psiquiatra que le recomendó ''divertirse''. Doce meses después se inició una psicoterapia vivencial. Al comienzo del tratamiento las condiciones de Erika eran de aislamiento, soledad, bloqueo, frigidez, anafectividad, confusión, malestar, desánimo y alienación. Al cabo de dos meses la paciente, en una sesión de terapia individual, relata la experiencia vivencial tenida con motivo de un concierto de cámara, que se trascribe a continuación.

La paciente llega a la entrevista con la cara luminosa y expresa : "¡He sentido algo muy bello, tengo algo muy lindo que contar!".

Mariano.- "¿Cómo es que has sentido esto, cuándo lo has sentido?".

Erika.- "Lo empecé a sentir cuando estaban tocando y empecé a sentir un ambiente cálido. Cuando empezó la música, el canto lo he sentido con cariño y tener la voz ahí tan cerca era

más emocionante todavía. Recuerdo cuando hablaban todos,yo no quería hablar, yo estaba muda porque lo que a mí me esta ba pasando, no lo podía decir, no había palabras, no había gestos, no había nada. Era como una fuente, era algo que se abría, inmensamente lindo y yo ... me sentía bien. Cuando después otra persona se sentó a tocar piano yo me hubiese puesto a ayudarla. Tenía ganas de hacerle cariño. Tenía emo ciones que me estallaban. Sentía que estallaba. Me sentía bien, me daba ganas de llorar y me daba felicidad. Lo prime ro que se me ocurrió pensar era : ¡Caray, yo no me había muerto!. Yo estaba llorando. Después de dejar a mi amiga,he llegado a mi casa y me he puesto a llorar. Tenía tántas ideas en la cabeza, tántas cosas de mi vida que volvían a aparecer. Ya no me sentía estática y detenida en un tiempo, en un tiempo malvado, lleno de horror -yo me sentía llena de horror- habían pasado tántas cosas en las que yo era cóm plice, en las que yo había participado. Y por primera vez, creo que sentí : no se trata de que me hayan hecho sino que yo permití que me hicieran ... yo lo decía pero no reco nocía que era verdad ... ¡Yo lo hice, yo lo quise hacer!"

Mariano.-"¿A qué te refieres, a qué aspectos?".

Erika.- "¡A todo! sobre todo a aquellos aspectos sexuales tan negativos, tan llenos de laberintos, tan faltos de naturalidad, de entrega... no lo puedo creer : ¡Yo quiero, siento, amo! ¡puedo amar! ¡puedo vibrar!, puedo sentir auténticamente, puedo llorar, puedo dar y recibir... todas estas cosas me hacen encogerme, todavía no debo estar muy centrada porque no lo siento como una cosa natural todavía, sino que... estoy como bajo el impacto de un shock, lo he notado en el trabajo. Las chicas, las compañeras, me dicen que estoy diferente. No lo saben expresar bien ni pueden precisar en qué estoy distinta".

Mariano.- ¿Y eso, desde el lunes?".

Erika.- "Desde el lunes no, desde el mismo día...desde el lunes no porque ya se diluyó un poco con la otra situación. No lo perdí, más bien seguí recuperando porque había vivido una situación grata, intensa, maravillosa y me encontraba con una situación totalmente opuesta, pero continuaba el descubrimiento, aún en lo negativo del mal rato y todo".

La paciente se está refiriendo a que el día lunes, dos días después de la vivenciación a que hace referencia, tuvo una entrevista con Leo. Luego prosigue :

"Descubrí a mi padre : ¡Ahí estaba mi papá! ¡Y mi papá que riéndome! y yo no lo tenía que rechazar. No había odio, me miraba con cariño...".

Mariano.- "Un encuentro realmente, un encuentro de algo que antes no habías hallado".

Erika.- "Hace tiempo que estaba cansada de vivir".

Mariano.- "Es hermoso, ¡realmente hermoso!.

Erika.- "Sí"

Mariano.- "Y de surgimiento brusco, ¡inesperado casi!

Erika.- "Sí, no se me había ocurrido, no me había ocurrido jamás que pudiera pasar algo así. En el encuentro (se refiere a un encuentro vivencial en el que Erika participó poco antes de empezar la psicoterapia) me he sentido metida en una jaula. Yo trataba de hacer y no, no, no me sentía capaz de hacerlo".

Mariano.- "¿Te refieres a lo mismo que estás haciendo ahora?".

Erika.- "Sí, todo lo que estoy sintiendo y no puedo expresar...".

Mariano.- "¡Te sentías metida en tu propia jaula!"

Erika.- "Sí. ¡Qué mal me sentía!".

Mariano.- "¿Qué hay de los sentimientos tuyos de depresión, de impotencia?".

Erika.- "De frigidez... esos están en mí...están ahí cada día...no ha habido cambio en ellos...pero estoy en un planteamiento diferente : estoy prevenida de la situación".

Mariano.-"¿Has tenido intentos de relaciones sexuales"?.

Erika.- "He tenido relaciones sexuales pero...desagradables, muy desagradables; he decidido ya no volverlas a tener...hasta que en mí, espontañeamente, me nazca aceptarlas. En otro sentido me parece que es destrucción y el tenerlas no es ningún avance. Todavía no puedo sentir. Emocionalmente me siento más rica pero todavía me falta".

Mariano.-"¿La persona con quien estás ahora te genera sentimientos o estás en una relación para demostrar que tú eres mujer?".

Erika.- "Es más bien una amistad, una amistad que es grata, que es amena, que es interesante, que está colmada de acontecimientos...por tratarse de una persona oriental en su manera de pensar y sentir".

Mariano.-"¿El de dónde es?.

Erika.- "Es pakistano. No siento poderme comunicar en otro sentido".

Mariano.-"¿Si no se pueden comunicar, cómo es que has buscado una relación sexual?".

Erika.- "Ahora sí lo veo...ha sido un error, un error inmenso, un disparate. Por eso es que he decidido no volverlo a intentar".

Mariano.-"¡Con relaciones así te estás frustrando desde el comienzo! - Ya en el objetivo de estás frustrando. No buscas sexo por el placer del sexo, sino para demostrarte que tienes sexo, lo cual es frustrante".

Erika.- "En esas circunstancias es algo burdo y grotesco...cuando no hay cosa más linda y espontánea...voy a seguir caminando. Tendrá que aparecer. O tendré que buscar más, sea hacia afuera o hacia adentro. Pero ya no me desespero. Ya no me siento

tan aislada. Si se presenta bueno...pero no voy a angustiar me".

Mariano.-"¿Parece que es así en todas tus relaciones, no?".

Erika.- "Yo no sé si va a resurgir. Ahora no es así, no sé si mañana o pasado venga y esté otra vez fregada. Pero ya lo he sentido, puede ser que me sienta mal pero lo puedo volver a encontrar...¡Si es todo tan simple!".

Mariano.-"¡Esto puede ser el término de un período de vida y el comienzo de un nuevo ciclaje!...me parece que lo que estás contando es algo demasiado importante, hondo, fundamental para tí...y es totalmente diferente a lo que siempre has sentido, así es que no corresponde a nada de lo que has vivido hasta hoy".

Erika.- "¡A nada! Es algo que he deseado con toda mi alma".

Mariano.-"¿Has escrito algo de todo esto?".

Erika.- "Sí, pero me provoca llorar y me pongo a llorar y...¡es increíble! así como he estado capacitada para sentir lo que he sentido debo estar capacitada para sentir todo ese amor que tengo adentro...¡Es increíble!...me siento mucho más tranquila. No siento ese stress permanente...que me ahogaba, que me daba náuseas...".

Mariano.-"¿Has tenido en estos últimos días un contacto o has escuchado de Leo?".

Erika.- "¡Ni he hablado ni he escuchado de él!. Estuve con uno de sus familiares hace un ratito. Me dijo que está tranquilo.Aparte de eso, no he vuelto a saber de él. Ya no tengo interés tampoco. Es otro capítulo. Ya no pienso en él y antes, por lo menos unas 20 a 30 veces al día tenía la imagen de él presente en mí".

Con esto termina la sesión psicoterápica. La paciente ha seguido en psicoterapia individual durante dos meses más y, simultáneamente, ha seguido ejercicios dirigidos de relajación, dos veces por semana. En el curso de este tiempo se ha disipado la depresión, Erika ha tenido relaciones sexuales satisfactorias y se ha adaptado más y mejor al trabajo y al ambiente familiar. Participa activamente en su grupo social y afirma sentirse en paz y "Como nunca en su vida".

5.- Colofón

Los ejemplos presentados plantean que el elemento común en el quehacer psicoterapéutico, es el que la persona llegue a darse cuenta de su realidad interna a través de la vivenciación. Esta puede ser activa o pasiva, intensa o leve, única o múltiple. Lo importante es que el individuo la logre. Debe recalcarse que el término psicoterapia significa un cambio. El cambio puede ser de enfermo a sano, de inadecuado a adecuado, de aislado a sociable, de tenso a relajado. Con esto es apreciable que el cambio no es forzosamente para ser promovido en enfermos con el fín de sanarlos. Los cambios más importantes son los que acontecen en el ser, independientemente de su condición de salud o enfermedad, haciéndolo más autónomo, más espontáneo, más libre, más capaz de amar y de recibir amor. El término psicoterapia no es pues el más adecuado puesto que no se trata de curar enfermos sino de promover la salud, el bienestar y la maduración de cualquier persona que lo desee o necesite.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO I SOBRE GENERALIDADES FENOMENOLOGICAS Y PLANTEAMIENTOS DIALECTICOS.

DE LA FUENTE MUNIZ, R. : Psicología Médica. Ed. Fondo de Cultura económica, México, 1959.

DELGADO, H. y MARIANO IBERICO: Psicología. Ed. Médico - Científica, Barcelona, 1961.

DELGADO, H. : El médico, la medicina y el alma. Ed. Médico - Científica, Barcelona, 1961.

DEUTSCH, H. : La psicología de la mujer. Ed. Losada. Bs. As., a951.

FERRATER MORA, J. : Diccionario de Filosofía. Editorial Sudamericana, Quinta Edición, Bs. As., 1965.

GEMELLI, A. y G. ZUNINI : Introducción a la Psicología. Ed. Luis Miracle, Barcelona, 1958.

JOLIVET, R. : Psicología (Tomo II del Trat. de Filosofía). Ed. Carlos Lohle. Bs. As. 1956.

JUNG, C.G. : Tipos Psicológicos. Ed. Sudamericana. Bs. As., 1947.

KATZ, D. : Manual de Psicología. Ediciones Morata, Madrid, 1954.

KRETSCHMER, E. : Psicología Médica. Ed. Labor, Madrid, 1954

KRETSCHMER, E. : Constitución y carácter. Ed. Labor, Madrid, 1954.

LHERMITTE, J. : Los mecanismos del cerebro. Ed. Losada, Bs. As., 1940.

MESSER, A. : Psicología. Ed. Revista de Occidente, Madrid, 1954.

RUSSELL, B. : Matrimonio y moral. Ediciones siglo veinte. Bs. As., 213 pags.1968 Traducción de León Rozitchner.

RAVAGNAN, L.M. : La tragedia de Edipo. Acta Psiquiátrica. Psicol. Amér. Lat., 22, 5-8, 1976.

SCHILDER, P. : Imagen y apariencia del cuerpo humano. Ed. Paidos, Bs. As., 1958.

SHERRINGTON, Ch. : El hombre en su naturaleza. Ed. Alhambra, Madrid.

SHELDON, W.H. : Las variedades del temperamento. Psicología de las diferencias constitucionales. Ed. Paidos, Bs.As., 1955.

SEGUIN, C.A. : Hacia una psiquiatría latinoamericana. Tribuna Médica, 35 : Nº 7, A5-A-10, 1973.

YAÑEZ CORTES, J. : Posibilidad fenomenológica de las ciencias del hombre. Acta. Psiquiat Psicol. Amér. Lat., 19: 34-40,1973.

YAÑEZ CORTEZ, R. : Para una distinción formal entre el concepto de ciencia y el concepto de ideología. Acta Psiquiát. Psicol. Amér. Lat., 21: 193-199, 1975.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO II SOBRE PSICOFISIOLOGÍA

AJURIAGUERRA, J. : Les apports de la pathologie nerveuse â la psychologie. L'annêe psychologique, 53 : 323-378, 1953.

ALCALDE, O. : Aportaciones de la neurocirugía a la fisiología cerebral. Actas Luso-Españolas de Neurología y Psiquiatría, Madrid, 9 : 97-118, 1950.

BANCALARI, E. : Neurofisiología y cibernética. Revista Viernes Médico, 14 : 297-300, 1963.

BATES, J.A.V. : Electrical Activity of the cortex accompalying movement. J. Physiol. (Lond.), 113 : 240-257, 1951.

BATES, J.A.V. : A technique for identifying changer in consciousness EEG. Clin. Neuro - physiol., 5 : 445-446, 1953.

BOUDOURESQUES, J. y BONNAL, J. Transtornos psíquicos de los tumores frontales. La revue du Prati -- cien, 7 : 125-126, 1957.

CARDO, B. : Le comportement d' autostimulation. Confrontations psychiatriques N° 6, Psychophysiologie, pags. 65-86,1970

CHAMPMAN, L.F., GUTHRIE, T.C., BERLIN, L., THERFORD, W.N., y WOLFF, H.G. : Studies in human cerebral function: Prolonged stress and the highest integrative functions of man. Excerpta Medica, 1957.

CHAMPMAN, L., WOLFF, H. : Diseases of the neopallium. Medical clinics of North America, W.B.Saunders Co., Philadelphia and London, 677-689, 1958.

HERNANDEZ PEON, R. : Las bases fisiológicas de la neurofarmacología. Neurología-Neurocirugía-Psiquiatría, (México), 3 : 123-139, 1962.

HOUSSAY, N.L. : El papel de la hipófisis en el metabolismo. Notas Terapéuticas, 56 : 181-186, 1963.

HARLOW, H.F. y WOOLSAY, C.N.,: Editores Biological and biochemical bases of behavior. The University of Wisconsin Press, Madison, 1958.

HESS, W.R. : Die Physiologische Grundlage der Psychosomatik. Deutsche Medizinische Wochenschrift, 86 : 3-8, 1961.

HOFF, H. : Der Hypothalamus, seine Anatomie, Physiologie und Pathologie, Acta Neurovegetativa, 1 : 124-144, 1950.

JASPER, H., Gloor, P. y MILNER, B. Higher functions of the nervous system. Ann. Rev. Physiol., 18 : 359-386, 1956.

Jefferson, G. : Anatomía de la consciencia. Triángulo, 5 : 96-100, 1961.

KAILA, E. : Fundamentos fisiológicos de la psicología. Manual de psicología, Ed. D. Katz, Morata, Madrid, 97-115, 1954.

KIBBLER, G.O., BOREHAM,J.L. y RICHTER, D. Relation of the alpha rhythm of the brain to psychomotor phenomena. Nature (Lond.), 164 : 371, 1949.

LEONHARD, K. : Beziehungen zwischen vegetativ------ nervosen Erscheinungen und Ausdrucksbewegungen. Nervenaızt, 22 : 2, 1951.

LINDSLEY, D.B. : Psychological phenomena and the electroencephalogram. EEG. Clin. Neurophysiol., 4 : 443-456, 1952.

LLAVERO, F. : Psicofármacos y personalidad. Ac---- tas Luso-Españolas. Neurol.Psi ---- quiat., 20 : 169-184, 1961.

MASQUIN P., TRELLES, O.J. y AJURIAGUERRA, J. : Précis d'anatomo-physiologie et pa-- thologie du systeme nerveux cen ---- tral. Ed. G. Doin y Cie., París, 1949.

MAC LEAN, P. : Contrasting functions of limbic and neocortical systems of the brain and their relevance to psychophy --- siological aspects of medicine.Am. J. Medicine, 25 : 611-626, 1958.

MIRO QUESADA, F. : Conceptos generales sobre cibernéti- ca. Revista Viernes Médico, 14 : 291-296, 1963.

NICOLAIDIS, S. : Mecanisme des comportementes instinc tuels. En Confrontations psychiatri- ques Nº 6 Psychophysiologie, pags. 9-44, 1970.

PIERON, H. : Del'apport actuel de la neurophysio- logie á la psychologie. L'année Psy- chologique, 53 : 279-319, 1953.

PENFIELD, W. y JASPER, H. : Epilepsy and the functional anatomy od the human brain. Little Brown and Co., Boston, 1951.

ROY JOHN, E. : Neurophysiological correlates of learning and memory. En Comprehensive Textbook Psychiatry, A.Freedman y H. Kaplan, eds., pags. 149 - 151, Williams and Wilkins Co.,Baltimore, 1967.

ROGER H. : Elementos de psicofisiología. Argos, Vol. 1 y 2 Bs.As., 1951.

PRIBRAM K., KRUGUER L., ROBINSON F. y BERMAN, A.J. : The effects of precentral lesions on de behavior of monkeys. Yale Journal Biol. Med., 28 : 428-443, 1955.

SANIDES, F. : La filogenia del cerebro. Boehringer Sohn, Ingelheim am Rhein, 34 pags., 1968.

SELYE, H. : Stress and psychobiology. J. Clin. Exp.Psychopat. and Quart. Rev. Psych. Neur., 17 : 370-373, 1956.

SELYE, H. : The stress of life. Mc. Graw Hill Book Co. Inc., New York, 1956.

SHAGASS C. and KERENYI, A.B. : Neurophysiologic atudies of personality.Jour. Nerv. Ment. Dis, 126 : 141-147, 1958.

SOLE SAGARRA, J. : Fisiopatología psiquiátrica. Publicaciones Médicas, Barcelona, 1951.

WEILL, J. y BERNFELD, J. : Le syndrome hypothalamique. Synthése endocrinienne métabolique vegétative et psychique. Masson et Cie., París 1954.

WILLIAMS, R.H., AGNEW, Jr. y W. WEBB : Sleep patterns in young adults an EEG study. EEG Clin.Neurophysiol.,17; 376-381, 1964.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO III SOBRE SENSACION Y PERCEPCION

ADRIAN, D.E. : La base de la sensación. La actividad de los órganos de los sentidos. Monografías de psicología normal y patológica. Espasa-Calpe, S.A., Madrid, 1947.

CALLAWAY, E. y THOMPSON, V.S. : Sympathetic activity and perception. Psychosomatic Medicine, 15 : 444-455, 1953.

DELGADO, H. : Psicología general y psicopatología de la percepción Actualidad Médica Peruana, 4 : 19 pags. 1935.

GUTHRIE, T.C. y WOLFF, H. G. : Studies of cerebral hemisphere function: the affects of failure as indices of cerebral reserve in intact and brain-damaged persons. Excerpta Medica, 1957.

KATZ, D. : El mundo de la percepción como objeto de la psicolo - gía. Manual de Psicología. Ed. D. Katz, Morata, Ma -- drid, 117-154, 1954.

KIRKER, K.P. : Zur Frage del Singesetzlichkeit. Schweitzer Archiv Neurologie Psychiatrie, 76 : 2, 1955.

MACLEAN, P.D. : Le cerveau limbique. A propos de la tendance paranoi-de chez l'homme. Confrontations Psychiatriques N° 6, Psychophysiologie, pags. 45-64, 1970.

MURPHY, G. y SOLLEY : Learning to perceive as we wish to per-ceive. Bull. Menninger Clinic, 21 : 225-237, 1957.

PRIBRAM, H.K. y KRUGER, L. : Functions of the olfatory brain. Annals New York Academy Sciences, 58 : 109-138, 1954.

CHAUCHARD, P. : El cerebro humano. Ed. Paidos. Bs. As. 1960.

CHAUCHARD, P. : Fisiología de la conciencia. Ed. Paidos. Bs. As., 1960.

CHIAPPO, L. : Comportamiento humano y comporta — miento automático. Revista Viernes Médico, 14 : 301-303, 1963.

DELAY, J. : La psicofisiología humana. Ed. Paidos, Bs. As. 1959.

DELGADO, H. : Psicología y fisiología. Imprenta C.F. Southwell, 21 pags., Lima, 1920.

ENGEL, G.L. : Psychological development in health and disease. W.B. Sauders Co., Philadelphia and London, 1962.

ESCARDO, F. y TURNER, M. : Problemas de conducta en el niño. Aspecto neurológico. Talleres Gráficos Jacobo Kordon, 42 pags., Bs.As. 1953.

FERNANDEZ, E. Curso de anatomía y fisiología del sistema nervioso. Introducción a la neurofisiología. Imp. Fac. Med., Lima, 1961.

FURTADO, D. : Psiquiatría y endocrinología. Actas Luso-Españolas de Neurología y Psiquiatría, 9 : 4-33, 1950.

FURTADO, D. : O Pensamiento e a máquina. Archivos de Neuro-psiquiatría. S.Paulo, 11 : 151-169, 1953.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO IV SOBRE LA DIALECTICA DE LOS DIPOLOS

CASTILLA DEL PINO, C. : Dialéctica de la persona. Dialéctica de la situación. Ediciones Península, 229 pags., Barcelona, 1968.

JOSEPH, D.E. : Aggression redefined-Its adaptational aspects. Psychoanal. Q., 42 : 197 - 213, 1973.

LOPEZ IBOR, J.J. : El mal de nuestro tiempo. Visión, pags. 49 - 52, 1977.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO V SOBRE ESTRUCTURA DEL SER HUMANO

FRANKL, V. : Arztliche Seelsorge. Franz Deuticke, Viena, 1948.

JAMES, M. y JONGEWARD, D.: 'Nacidos para triunfar. Análisis transaccional con experimentos Gestalt. Fondo Educativo Interamericano, S.A., 272 México, 1976.

HARRIS, T. : Yo estoy bien, tu estás bien. Grijalbo, Barcelona, 1973.

LOGASCIO, J. : La psique y su estructura. Ed. Bibliográfica Argentina, 304 pags., 1956.

LEVY, S. : Anthropologie structurale. Plon, París, 1958.

ROSENFELD, D. : Clínica Psicoanalítica. Editorial Galerna, 239 pags., 1976.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO VI SOBRE CRECIMIENTO Y DESARROLLO, PROGRESO Y MADUREZ.-

BRACELAND, F. : Men in their fifties. Journal Omaha Midwest Clinical Society, January, pags. 1-8, 1954.

CESA-BIANCHI, M. : Consideraciones teóricas y problemas metodológicos en la psicología de la edad senil. Gaceta Sanitaria 1 : 21-26, 1962.

ENGEL, C.L. : Psychological development in health and disease. W.B. Saunders Company Philadelphia and London, 1962.

FREUD, S. : Totem and taboo. Trans. by A.A.Brill The modern library, New York, 1938.

GESELL, A. y AMATRUDA, C. : Diagnóstico del desarrollo normal y anormal del niño. Paidos.Bs.As.1952

HESSE, H. : Demian. Alianza Editorial, 203 pag. Madrid, 1971.

KATZ, D. : Psicología general de desarrollo, Manual de Psicología, Ed. D. Katz, Morata, Madrid, 107-229, 1954.

LINDEMANN, E. : Problems related to grandparents. En Understanding your patient. Ed. S. Liebman, Lippincott Co., Philadelphia, 147-158, 1957.

LAROCHE, G. y COL. : La puberté, étude clinique et physiopathologique. Masson, París, 1938.

MAILLOUX, N. : Psychic determinisn, freedom, and personality development. Can. J. Psych., 7 : 1-11, 1953

Mc FARLAND, R.A. : The psychological aspects of aging. Bulletin New York Academy Medicine, 32: 14-32, 1956.

PIAGET, J. y INHEIDER, B. : Psicología de la primera infancia. Manual de Psicología. Ed. D.Katz, Morata, Madrid, 231-265, 1954.

PRADOS, M. : Psychodynamics of the personality changes in the aged. Can. Psych. Assn. J., 2 : 177-184, 1957.

SCHUSTER, D. : A psychological study of a 106-year old man. American Journal Psychiatry, 109 : 112-119, 1952.

SPRANGER, E. : Psicología de la edad juvenil. Revista de Occidente, Madrid, 1954.

TOFFLER, A. : El "shock" del futuro. Plaza y Janés 526 pags., Barcelona, 1972.

WASHBURN, A. : Annual Report of the Director to the Board of control of the child Research Council, Denver, Oct., 1954.

WASHBURN, A. : The Child as a person developing. I A Philosophy and program of research Am. Journal Diseases Children, 94 : 46-53, 1957.

WASHBURN, A. : Human growth, development, and adaptation. Am. Journal Diseases Children, 90 : 2-5, 1955.

WHITEHORN, J. : The development of mature individuals Address at the annual conference of the adult Education Association, November 10, 1956. Adult Leadership, Chicago, January, 1957.

WIESENHUTTER, E. : Medizinische Psychologie fur Vorkliniker. Urban and Schwarzenberg. Munchen und Berlín, 1960.

WORLD HEALTH ORGANIZATION : Expert Committee on Mental Health. Mental Health Problems of Aging and the Aged. Sixth Report of the WHO/MENT/175, 1958.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO VII SOBRE DIALECTICA DE LA CONDUCTA.-

CAMERON, E. : Behavioral concepts and psychotherapy. Psych. Quart, April, 1950.

LUZA, S. : En torno a la fama y la notoriedad personales. Foll., Tip. Peruana, Lima, 1959.

WHITEHORN, J.C. : The motivating pattern of the normal individual. Psychological Dynamics of Health Education, Columbia University Press, 4-18, 1951.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO VIII SOBRE MECANISMOS DE DEFENSA.-

FREUD, S. : The interpretation of dreams. Mod. Lib., New York, 1938.

FREUD, S. : The history of the psychoanalytic movement. Mod. Lib., New York, 1938

FREUD, S. : Wit and its relation to the unconscious. Mod. Lib., New York, 1938.

FREUD, S. : Psychopathology of everyday life. The Modern Library, New York, 1938.

FREUD, S. : Le moi et les mécanismes de défense Presses Univ. de France. París, 1949.

MARTIN, H. I. : Ansiedad y envidia. Simposium sobre ansiedad, pag. 13, Asoc. Mund. Psiquiat., Melbourne, 5-7, Mayo 1969.

PERLS, F. : Sueños y Existencia. Ed. Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 296, 296 págs. 1974.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO IX SOBRE HACIA UNA DIALECTICA PSICOLOGICA

FREUD, S. : Civilization and its discontents. Hogarth Press, London,1949.

MARCOVITZ, E. : Aggression in Human Adaptation. Digest of Neurology and Psychiatry, 41 . 342, 1973.

REID, H., editor : The psychopath. Bruner-Mazch, Nueva York, 349 pags., 1978.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO X SOBRE RELACIONES HUMANAS

BARRIG, M. : Cinturón de Castidad. La mujer de la clase media en el Perú. Mosca Azul, 210 pags., Lima, 1979.

RUSSELL, B. : Why I am a Christian and other essays on religion and related subjetcs. Simon and Schuster, New York, 226 pags., 1957.

STERN, Karl : The third revolution. Image Books Doubleday, New York, 1954.

VILAR, E. : El varón domado. Ed. Grijalbo, 167 pags., 1973.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO XI SOBRE LA RELACION HUMANA DETERIORADA

HUNT, M. y HUNT, B. : The divorce experience. Mc Graw Hill, 306 pags., New York, 1977.

MARIATEGUI, J. : El síndrome fronterizo. Relato, VII Congreso Peruano de Psiquia-tría, Neurología y Neurocirugía, Lima, 22-28 de octubre, 1978

O'NEILL, N. y G. : Matrimonio abierto. Grijalbo, Barcelona, 318 pags., 1974.

WOLMAN, R. : New ideas on mental disorders. Am. J. Psychoter., 31 : 546-560,1977.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO XII SOBRE PSICOTERAPIA INTEGRATIVA DIALECTICA.

ALEXANDER, L. : Psychoterapy of sexual deviation with the aid of hypnosis, Actas del IV Congreso Mundial de Psiquiatría, 98, 1966.

ALNAES, R. y SKAUG, O. : Autogenen Entladungen und Abreaktionen in Biologischer Sicht. Psychophysiologische Untersuchungen. Actas del IV Congreso Mundial de Psiquiatría, 40, 1966.

BARTEMEIER, L.H. : Concluding commentary, In Medical uses of hypnosis. Symposium Nº 8, Group for the Advancement of Psychiatry, New York, 1962.

BERGIN, A. : Some implications of psychotherapy research for therapeutic practice. International Journal Psychiatry, 3 : 136-15, 1967.

BRUN, R. : Therapie der Neurosen : Die psychotherapeutischen Suggestiu methoden. In Lehrbuch der Psychiatric von Hans Hoff, Band II, Benno Schwabe, Basilea, 1956.

CAMERON, D.E. : Unorthodox working concepts for psychotherapy. Med. Ann. District Columbia, 22 : 226-234, 1953.

CAMERON, D.E. : Behavioral concepts and psychotherapy.Psych. Quart, Abril, 1950.

CORSINI, R. : Historic background of group psy-- chotherapy a critique. Rev. Group Psychotherapy, 8 : 219-225, 1953.

DELGADO, H. : Psicoterapia breve y psicagogía. Acta Neuropsiquiát. Arg., 2 : 380-383, 1956.

EY, H. : Efficacite de la psychotherapie. L'Evolution Psychiatrique, 290-302, 1949.

EYSENCK, H. : The non-professional psychothera-- pist. Int. J. Psychiat. 3: 150-153, 1967.

FRANCK, J. : Does psychotherapy work. Int. J. Psychiat. 3: 153-156, 1967.

FRANCK, V. : Die Psychotherapie in der Praxis, Franz Deutick., Viena, 1947.

FRANCK, V. : Arztliche Seelsorge. Franz Deuti-- cke, Viena, 1948.

FREUD, S. : Nouvelles conférences sur la psy-- chanalise.Gallimard, París, 1936.

FREUD, S. : Sobre psicoterapia. Obras comple-- tas II. Edit. Biblioteca Nueva, pags. 304-309, Madrid, 1948.

GOODMAN, M.B. y S.B. GOODMAN : The victims of psychotherapy. Resú menes del V Congreso Mundial de Psiquiatría, México, pags. 315-316, 1971.

HARPER, R.A. : Psychoanalysis and psychotherapy. Prentice Hall, U.S.A., 1959.

GUYOTAT, J. : Actitud del médico práctico ante la ansiedad del enfermo. Servicio Cien tífico Roche, pags. 53-60, Lima, 1968.

JANOV, A. : Revolution der Psyche. S. Fischer, 202 pags., Franckfurt, 1976.

MORENO, F.L. : Consideraciones acerca de mi psicoterapia de grupo. Symposium Ciba, 11 : 148-157, 1963.

NOYES, A.P. y KOLB, L.C. : Modern Clinical Psychiatry. W.B. Saunder, Philadelphia, 1963.

PERLS, F. : El enfoque Guestáltico. Testimonios de terapia. Ed. Cuatro Vientos, 187 pags., Santiago de Chile, 1976.

QUEROL, M. : Psicoterapia e hipnosis en medicina.

ROSEMBAUM, M. y BERGER, M. : Group psychotherapy and group function. Basic Books, New York, 1963.

SMITH, M. : Cuando digo NO me siento culpable. Ed. Grijalbo, 438 pags., Barcelona, 1977.

STEVENS, J.O. : El darse cuenta. Ed. Cuatro Vien -- tos, 269 pags., Santiago de Chile, 1976.

WHITEHORN, J.C. : Understanding psychotherapy. Am. Jour. Psychiat., 112 : 328-333, 1955.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS DEL CAPITULO XIII SOBRE TECNICAS PSICOTERAPICAS INTEGRATIVAS.-

ALARCO, F. : La psicoterapia y José Carlos Mariátegui. Conferencia presentada al V Congreso Nacional de Psiquiatría, Lima, 16 págs., 1978.

DYER, W. : Tus zonas erróneas. Grijalbo, 321 pags., Barcelona, 1977.

ECHEGOYEN, R.H. : Psicoterapia. En Enciclopedia de Psiquiatría, eds. G. Vidal, H. Bleichmar y R.J. Usandivaras, Ateneo, 552-561, Bs.As., 1977.

EYSENCK, H.J. : The effects of psychoterapy. Int. Science Press, New York, 99 pags., 1966.

GOLDMAN, M. : Offit Sexual Therapy. Reflections 9 : Nº 3, 24-31, 1974.

HUNEEUS, F. : Una fundamentación científico-cultural del concepto de Guestalt. Acta Psiquiát. Psicol. Amér. Lat. 22, 88-97, 1976.

JANOV, A. : Der Ursghrei Ein neuer Weg der Psychotherapie. Fischer Verlag, Franckfurt, 1973.

LOTHSTEIN, L.M. : Human territoriality in group psychotherapy. Int. J. Group Psychoter., 28 : 55-71, 1978.

MAUDSLEY, H. . The Physiology of Mind, pags. 386-387. Mac Millan, Londres, 1876.

O'DONNELL, P. : Teoría y técnica de la psicoterapia grupal. Amorrortu, 233 pags., Bs. As. 1975.

OLDER, J. : Four taboos that may limit the sucess of psychotherapy. Psychiatry, 40 : 197 - 204, 1977.

ROY HART THEATRE : Folleto explicatorio. Roy Hart theatre, Chateau de Malérargues, Thoiras 30140, Anduze, 18 pags. Franc., 1979.

VAN PELT, S.J. : Hypnotism and the power within., s.f. Crest Giant., 192 pags.

VIDAL, G. Un encuentro en Guayllabamba Acta Psiquiát. Psicol. Am.Lat., 23 : 164-168 1977.

VIDAL, G. Psicoterapia vivencial. Acta Psiquiat. Psicol. Am. Lat., 24 : 279-285, 1978.